

كتاب الزهور
١١
هموم زوجة
همسات إلى كل الأزواج
د. حمدي شعيب
مركز الإعلام العربي





هموم زوجة



د. حمدي شعيب

* الكتاب: هموم زوجة... همسات لكل الأزواج
* تأليف: د. حمدي شعيب
* السلسلة: كتاب الزهور
* قياس الصفحة:
١٢ × ٢٠
* رقم الإيداع:
٨٢٢٤ / ٢٠١٠
الترقيم الدولي:
٩٧٨-٩٧٧-٣٦٧-٢٧٩-٢

مركز الإعلام العربي
ص.ب ٩٣ الهرم - الجيزة - مصر
* هاتف: ٠٠٢٠٢ / ٣٧٨١١١٩٤/٣٧٨١١١٩٣
٠٠٢/٠١٠٠٠٢٧٠٤٤
* التوزيع: ٠٠٢٠٢/٣٧٤٤٥٤٥٥
٠٠٢/٠١٠٠٠٢٧٠٢٥
* فاكس: ٠٠٢٠٢/٣٧٨١١١٩٥
* البريد الإلكتروني:
media-c@ie-eg.com
mediacenter55@hotmail.com

شعيب/ حمدي. هموم زوجة.. همسة لكل الأزواج/ حمدي شعيب. - الجيزة: مركز الإعلام العربي، ٢٠١٠ ٢٨٦ص: ٢٠سم تدمك ٢ ٢٧٩ ٣٦٧ ٩٧٧ ٩٧٨
١- الأزواج والزوجات
أ- العنوان ٣٠٦.٨٧٢



سلسلة كتاب الزهور (١١)

الإخراج الفني
أبو بكر القاضي
تصميم الغلاف
كمال عبده

الطبعة الأولى
١٤٣١هـ - ٢٠١٠م





إهـــداء

إلى الطيبة..

التي كان لها الفضل في مراجعة عناوين هذه الملفات الشائكة من الهموم النسائية، واختيارها وإخراجها.

إلى الأمينة؛...

التي قامت خير قيام، وبأمانة بتنفيذ وصية الحبيب (ﷺ) وتفعيلها: «وَالْمَرْأَةُ رَاعِيَةٌ عَلَى بَيْتِ زَوْجِهَا وَوَلَدِهِ» (رواه البخاري).

إلى الكريمة..

التي أكرمتني فلم ترد أي إساءة مع كل من تعامل معها؛ إلا بكل إحسان وود ومودة ورحمة.

إلى الرقيقة..

التي ما تسببت في ما يسوؤني يومًا قط.

إلى الرائعة..

التي أرجو من الله سبحانه ألا آكون - بقصد أو دون قصد - قد تسببت في ممارسة أي من هذه الملفات معها.

إلى زوجتي الفاضلة **د. سهام الفقي.**

(وسبحانك اللهم وبحمدك، أشهد أن لا إله إلا أنت؛ أستغفرك وأتوب إليك)

د. حمدي شعيب

مقدمة الناشر

في الحياة الزوجية، وبين جدران البيوت التي تجمع من ربطهما الخالق (جل وعلا) بالميثاق الغليظ، تتصارع المشاعر والمخاوف، الحب والبغض، الصفاء والكدر، السعادة والمنغصات، ويتمخض الصراع عن هموم تؤرق الزوجات، وشكاوى يجأرن بها من شركاء حياتهن، ومعاناة كن بالأمس يحتفظن بها في صدورهن، ويتركنها تعتصر دموعهن قطرة قطرة، ويرفعن أبصارهن إلى السماء منتظرات عون الله والحلول السحرية لمشكلاتهن التي لا يشعر بها سواهن، ولا يعرف غيرهن عنها شيئًا، وقد يكون الحل لديهن قبول الأمر الواقع، والتكيف والتعايش مع هذه المشكلات.

واليوم، صارت النساء أكثر إيجابية، وأكثر جرأة على الحكي والمصارحة، وأكثر رغبة في التعامل مع مشكلاتهن الزوجية بشكل فعال تظهر فيه روح المبادرة وعدم الاستسلام للأمر الواقع.

ومن بين آلام الزوجات ومعاناتهن التي كانت صامتة، وصارت اليوم ناطقة صريحة، اختار **د. حمدي شعيب** - الاستشاري الأسري والتربوي - عشرة هموم ليحلل أسبابها ويشخصها بدقة، منطلقًا من هذا التشخيص العميق إلى خطوات الحل والتعامل الذكي مع هذه الهموم.

ولعل كل زوجة تجد في هذه الصفحات نقاط ضوء وملامح طريق تسترشد بها في إدارة حياتها الزوجية بفهم وحب تضع بهما مشكلات هذه الحياة في حجمها الحقيقي؛ فلا تستصغر كبيرها، ولا تهول صغيرها، بل تتعامل معها بحكمة الخبيرة وروح العاشقة.

الناشر

مقدمة المؤلف

«أحب الناس إلى الله تعالى: أنفعهم للناس.

وأحب الأعمال إلى الله (عز وجل): سرور يدخله على مسلم، أو يكشف عنه كربة، أو يقضي عنه دينًا، أو يطرد عنه جوعًا.

ولأن أمشي مع أخٍ في حاجة أحب إليَّ من أن أعتكف في هذا المسجد - يعني مسجد المدينة - شهرًا.

ومن كف غضبه؛ ستر الله عورته.

ومن كظم غيظه ولو شاء أن يمضيه أمضاه؛ ملأ الله قلبه رجاءً يوم القيامة.

ومن مشى مع أخيه في حاجة حتى تتهيأ له؛ أثبت الله قدمه يوم تزول الأقدام.

وإن سوء الخلق يفسد العمل كما يفسد الخل العسل».

(السلسلة الصحيحة: الألباني، جزء ٢، صفحة ٥٧٤، برقم ٩٠٦، حديث حسن)

هكذا جاءتنا هذه اللمسات الرقيقة من الحبيب الرقيق الشفوق (ﷺ).

وهكذا كانت هذه نقطة البداية والمنطلق الراقي في كل ما يعينني الله (عَزَّوَجَلَّ) عليه في كتاباتي وخواطري.

بل ودومًا أستشعر ظل هذه الكلمات الندية، كلما أجبت على أي استشارة تأتيني عبر البريد الإلكتروني أو الهاتف؛ من خلال عملي في أقسام الاستشارات التربوية والأسرية والزوجية، في عدد من المجلات والمواقع والشبكات الإلكترونية، خاصة التطوعية منها.

وكان هذا هو السبب الأول الذي جعلني أقدم على محاولة متواضعة لأقتنص باقة من أحب الأعمال إليه سبحانه، ألا وهي:

١- أن أنفع الناس بنصحهم وبحل مشاكلهم والاستماع إلى همومهم، ولأن بعض الهموم، خاصة الزوجية، يكفيها أن يجد المهموم عندك صدرًا رحبًا ليفضفض إليك وهو يثق بك.

٢- أن أدخل السرور على عباد الله.

٣- أن أمشي في قضاء حاجة العباد ولو بقلمي، ولو برأيي المتواضع.

٤- أن أنبه الأزواج والزوجات إلى خطر سوء الخُلق، خاصة مع من نحب.

أولاً: لأن سوء الخلق يفسد أعمالنا، كما يفسد الخل العسل!

ثانياً: لأن سوء الخُلق هو السبب الثاني لفتحي هذا الملف الشائك من **(هموم طبيب في العيادة الإنسانية)**؛ **حيث ينقسم إلى ثلاثة ملفات:**

(١) هموم مراهق.

(٢) هموم زوجة.

(٣) هموم زوج.

فما هو السبب الثاني؟

إنه تحذير إنساني إلى كل من الزوجين:

لا تكن من هواة دق المسامير!

كان هناك طفل يصعب إرضاؤه؛ أعطاه والده كيساً مليئاً بالمسامير، وقال له: قم بدق مسمار واحد في سور الحديقة في كل مرة تفقد فيها أعصابك أو تختلف مع أي شخص!!

في اليوم الأول قام الولد بدق ٣٧ مسماراً في سور الحديقة!

وفي الأسبوع التالي تعلم الولد كيف يتحكم في نفسه، وكان عدد المسامير التي تدق يوميًا ينخفض، اكتشف الولد أنه تعلَّم بسهولة كيف يتحكم في نفسه، وأن ذلك أسهل من دق المسامير على سور الحديقة!

في النهاية أتى اليوم الذي لم يدق فيه الولد أي مسمار في سور الحديقة.

عندها ذهب ليخبر والده أنه لم يعد بحاجة إلى أن يدق أي مسمار.

قال له والده: الآن قم بخلع مسمار واحد عن كل يوم يمر بك دون أن تفقد أعصابك.

مرت عدة أيام...

وأخيرًا: تمكن الولد من إبلاغ والده أنه قد قام بخلع كل المسامير من السور.

قام الوالد بأخذ ابنه إلى السور، وقال له:

(بني قد أحسنت التصرف...

ولكن انظر إلى هذه الثقوب التي تركتها في السور...

لن تعود أبدًا كما كانت).

عندما تحدث بينك وبين الآخرين - خاصة رفيق دربكِ أو رفيقة دربكَ - مشادة أو اختلاف وتخرج منك

بعض الكلمات السيئة، فأنت بذلك تتركهم بجروح في أعماقهم كتلك الثقوب التي تراها.

أنت تستطيع أن تطعن الشخص، ثم تخرج السكين من جوفه، ولكنك تكون قد تركت أثرًا لجرح غائر.

لهذا لا يهم كم من المرات قد تأسفت له؛ لأن الجرح ما زال موجودًا، فجرح اللسان أقوى من جرح الأبدان.

وسوء خُلُقنا كأزواج وزوجات، خاصة عند الاختلاف؛ ليس كفعل الخل مع العسل فقط، بل إنه كدق المسامير في جدار الحب وجدار العلاقة الزوجية القدسية.

استبيان سري... يكشف هواة دق المسامير:

وهو السبب الثالث الذي جعلني أستمر في فتح ملفات الهموم الزوجية.

فلقد فتحتْ إحدى الأخوات الفضليات بابًا أمامي أستفيد منه وأفيد منه إخواني وأصدقائي وقرائي في المجلات التي أكتب فيها، وعلى المواقع التي أشارك فيها باستشاراتي التربوية والزوجية، وفي ندواتي ودوراتي المتعددة التي تنظمها **(وحدة التنمية البشرية - بمركز ولدي الطبي للأطفال بدمنهور)**

حيث بدأت التجربة الثرية الرائعة، وهي استبيان سري وزعته على الحاضرات من الأخوات الفضليات في ندواتي ودوراتي وعلى بعض المواقع، وعلى المترددات على المركز.

وكان القبول الرائع، وكانت المشاركة العظيمة، وكانت الفاعلية المؤثرة من الجميع.

فتلقيت سيلاً من الرسائل الإلكترونية، والبريدية والمكالمات الهاتفية، سواءً بالطريق التحريري أو الشفوي، وكلها تحمل الإجابات الذكية والواعية والإيجابية؛ على هذا السؤال المركز والشائك:

(اذكري أبرز خمسة أسباب تضايقكِ وتؤلمكِ وتؤذيكِ من رفيق دربك الحبيب).

وكانت الإجابات الرائعة، وهذا السيل الذي استطعت تجميعه وتبويبه.

أيها الزوج رويدك بالقارورة

وكانت المفاجآت تتلو بعضها البعض، في الإجابات النسائية السرية. وأقول: مفاجآت؛ لأنها هفوات قد تأتي في سلوكيات الكثير من الرجال أو أقوالهم أو حركاتهم

وإيمـاءاتهم من دون أن يدري أحدهم عواقبها البعيدة، أو آثارها النفسية على القوارير.

ولكن، ويا للهول، كم هو تحذير بليغ الذي جاءني! بينما كان رسول الله (ﷺ) في سفر، وكان معه غلام له أسود يقال له: «أنجشة» يحدو، فقال له رسول الله (ﷺ): «ويحك يا أنجشة، رويدك بالقوارير»[1].

ومعنى (**يحدو**) أي: يغني للإبل أثناء سوقها، و(ويحك): كلمة ترحم وتوجع تقال لمن يقع في أمر لا يليق به، و(أنجشة): هو غلام أسود حبشي كان مملوكًا للنبي (ﷺ) يكنى أبا مارية، و(رويدك): اسم فعل، بمعنى أمهل وارفق، وقيل معناها: كفاك، و(بالقوارير) جمع قارورة، وسميت بذلك لاستقرار الشراب فيها، وكني بذلك عن النساء لضعف بنيتهن ورقتهن ولطافتهن، فشبهن بالقوارير من الزجاج.

وكانت من أروع الحلقات التربوية، والدورات الإنسانية؛ التي استمتعت واستفدت كثيرًا منها، وأفدت الكثيرين والكثيرات.

---

(١) صحيح البخاري، ج ٥، ص ٢٢٨١، برقم ٥٨٠٩.

وكان الخيط الذي يربطها، وينتظم هذه الحلقات: هو **(هموم زوجة)**

وكانت السلسلة كالآتي:

١- زوجي الحبيب... أرجوك أغلق هذا الملف.

٢- لماذا تزوغ عينا زوجي الحبيب؟

٣- زوجي الحبيب... لماذا تحبس عني مشاعرك؟

٤- زوجي الطيب لا يشكرني ولا يقدرني.

٥- زوجي الحبيب يخاصم مظهره.

٦- زوجي الحبيب... انظر إليهن من الشاطئ الآخر.

٧- زوجي الحبيب... لا تفضح ما ستره الله عليك.

٨- زوجي الفاضل... لماذا تجبرني على كراهيتك؟

٩- أبو الهول يسكن بيتنا.

١٠- زوجي الحبيب... لا تحطم كنز أسرارنا.

(وسبحانك اللهم وبحمدك، أشهد أن لا إله إلا أنت: أستغفرك وأتوب إليك)

مع تحيات أخيكم المخلص:

د. حمدي شعيب

(١) زوجي الحبيب... أرجوك أغلق هذا الملف؟!



دق هاتف المركز عصر أحد الأيام... فرفعت السماعة؛ لأرد على استشارات آباء مرضاي الأعزاء الصغار وأمهاتهم، التي هي كالعادة تدور - في هذا الوقت المزدحم - حول المشاكل الطبية والعضوية لأبنائهم، والاستفسار عن بعض الأدوية.

ولكنني فوجئت بأن محدثتي الفاضلة على الطرف الآخر من الهاتف؛ تستسمحني أولاً أن أفسح لها صدري، وأصبر معها قليلاً لأسمع شكواها، ففهمت من كلماتها الأولى أنها استشارة تربوية، فرددت بلطف بأنني أستقبل هذه النوعية من الاستشارات في مواعيد محددة؛ حتى لا أجور على حق مرضاي الأحباب.

وأفضل هذه الأوقات هو بعد صلاة الظهر إلى موعد العيادة، أو بعد الحادية عشرة والنصف مساءً.

وعلمت أنها تريد أن تحدثني في وقت لا يشغلها فيه شاغل، ولا رقيب.

فكان موعدنا الذي فضلته هو المساء.

موعد مع أسرة طيبة:

وفي الموعد المحدد أو بعده بقليل حادثتني المتسائلة الفاضلة، وبدأت تشكو، وتبث مشكلتها العائلية، التي تتلخص في:

١- أنها زوجة ملتزمة، وكذلك زوجها العزيز.

٢- وأن الأسرة مستقرة بفضل الله ومَنِّه.

٣- وأن الزوجين يجمعهما حب كبير، ومودة سابغة، واحترام عظيم.

٤- وأن المنظومة الأسرية كللها الحق سبحانه بهبة غالية من الأبناء الأعزاء.

ولكن مصدر همومها أو همها الأكبر هو...

خطأ زوجي تربوي قاتل، قد يرى البعض أنه أمر

بسيط، وقد لا يعيره الكثير من الأزواج الفضلاء أدنى اهتمام.

ولكن خطورة هذا الهم أن له أثرًا تراكميًا نفسيًا مؤلمًا وقاتلاً، يظل يتراكم ويتراكم، يومًا بعد يوم، خاصة إذا كان الطرف الآخر لا يدرك عواقبه وآثاره النفسية – على رفيقه الحبيب.

عوامل... خفية

هذا التراكم يظل يعلو ويعلو كالتلال في عقلنا الباطن، وتزيد وطأته عندما تكون حاملته من النوعية التي تحمل هذه الصفات الراقية:

١- لم تتعود الشكوى للآخرين ممن تعرفهن من همومها الأسرية.

٢- ليس بينها وبين رفيقها أي حجاب نفسي أو إنساني؛ فهو زوجها وأخوها وصديقها و..... و......

٣- تحافظ جيدًا على مشاعره، فتتجنب توجيهه إلى هذا الخطأ الزوجي القاتل غير المقصود؛ وذلك حفاظًا على مشاعره، ومنعًا لأي أثر سيئ، مثل الإصابة بداء البكم والصمم الزوجي بعد ذلك.

مظاهر خارجية مدمرة

ثم تكون الطامة، وهي أن هذا الهم النفسي الدفين في اللاوعي والعقل الباطن، قد يبرز على هيئة أو صورة من هذه الصور الخارجية التي تؤثر على جوارحنا وأفعالنا وسلوكياتنا مع الآخرين، مثل:

١- الحزن العميق على قسمات الوجه الرقيق.

٢- غياب الابتسامة المشرقة عن الوجه الملائكي الطيب.

٣- انهمار دموع من مقلتي الزوجة الصابرة.

٤- الذبول الواضح تترجمه باقة الهالات السوداء حول عينيها.

٥- الشعور بكراهية غريبة للجلسة الأسرية، إن وجدت، والمحاولة الدائمة للهروب من هذه اللحظات الطيبة، ولو بحجة عمل شيء في المطبخ، أو سماع أي شيء في المذياع، أو مشاهدة تمثيلية معادة ومملة وتافهة، ولكنها المخرج الآمن.

٦- الانفجار في وجه الأحباب الصغار، وعلى أتفه الأسباب، وقد يمتد من مجرد العصبية والسب إلى الضرب.

٧- وقد يكون الأثر الأخطر هو الشكوى من الأمراض العضوية الجسدية المنوعة، مثل: الصداع، أو الزغللة، أو (الدوخة)، أو القيء.

وهذه الشكوى لا تأتي إلا مع اقتراب موعد لحظات الفضفضة الأسرية.

فحذار أحبائي الرجال من التغير السلوكي عند رفيقة دربكم.

وحذار من الانفجارات غير المبررة.

فما هذا الخطأ الزوجي؟!

إنه وببساطة؛ تلك الهواية الغريبة، والعادة الأغرب للزوج في فتح ملف الحديث اليومي والروتيني حول يومياته مع زميلاته في العمل، حول مهارتهن، ومشاكلهن، وزينتهن، وتعليقاتهن اللطيفة، وأسلوبهن الجذاب في الحديث، ولباقتهن في التعامل، وملابسهن المنسقة، وحجابهن (الشيك)، والأخطر حول نكاتهن الرائعة والجديدة.

والأعجب من هذا كله هو أن يكون هذا الزوج من المنتسبين لإحدى المؤسسات التربوية كالمدارس، وخاصة الإسلامية منها.

والأقسى من ذلك أن تكون الزوجة الغالية ربة منزل ومتفرغة لزوجها وأسرتها.

يا إلهي...

ألهذا الحد تصل بنا عاداتنا «وروتينياتنا» البسيطة اليومية؟

ألهذه الدرجة نرتكب الخطايا النفسية والإنسانية في حق أعز الناس؟

ألهذا الحد نطمع في طيبة رفيقة العمر، وصمتها، وأدبها، وأصالتها؟

فما هو العلاج؟

وضعت هذا الهم الزوجي الغريب أمامي، ثم نظرت إلى ظروف هذه الأسرة الطيبة، التي أعتبرها من الأسر المثالية.

وبدأت أفكر معها لأنصحها بكيفية التعامل مع هذه المشلكة الأسرية، وكيفية علاجها!

فكانت اقتراحاتي واجتهاداتي المتواضعة، حسب خبرتي من واقع مشكلات سمعتها ودورات نظمتها، هي

أن تجيد الزوجة (فن أو مهارة تطبيق الثمانية الذهبية)، وهو ما نصحت به محدثتي، فقلت لها:

١- راجعي ملفاتك، وأنصفيه:

تذكري جيداً أن هذه طبيعة بشرية وسمة شخصية لبعض الأشخاص.

إذن، هذا سلوك قديم وأصيل، وأنت قد تعودته منه، وقد يروق لك هذا السلوك في بعض الجوانب؛ مثل كونه دليلاً على أن سره معك، وأنه كالخطاب المفتوح أمامك ولم تعترضي عليه، وقد لا يروق لك، بل يزعجك في بعض الجوانب الأخرى مثل هذا الحديث عن زميلاته، فتعترضي.

فأنصفي في أحكامك؛ ثم بلطف....

٢- اقتربي.. وحركي الدفة بحكمة:

أي: هل لك أن تسايريه في حديثه ولا تقاطعيه؟ هل تستطيعين برفق أن تديري دفة الحديث إلى ما يرضيك، وفي الوقت ذاته لا يقطع استرساله، ولا تشعريه بامتعاضك وغضبك؟

بأن تقولي له مثلاً:

(أنا معجبة بذوقك وآرائك وتعليقاتك وملاحظاتك)..

وكما رأيك في موضوع أمي أو أختي أو ابننا أو بنتنا؟

فهذا هو الاقتراب الذكي، وهذه هي الحكمة المنشودة.

أما إذا صعب عليك هذا الأسلوب؛ فحاولي أن توجهيه بطريقة غير مباشرة، وهي طريقة:

٣ - ما بال أقوام؟!

وهي طريقته (ﷺ) التربوية في التنبيهات غير المباشرة، التي تحفظ ماء وجه المقصود، وتلغي الحرج عن الناصح.

كما روت عائشة (رضي الله عنها): صنع النبي (ﷺ) شيئًا، فرخص فيه - أي أذن بفعله تسهيلاً على الناس - فتنزه عنه قوم - أي احترزوا عنه وامتنعوا عن فعله - فبلغ ذلك النبي (ﷺ)؛ فخطب، فحمد الله، ثم قال: «ما بال - أي ما شأن - أقوام يتنزهون عن الشيء أصنعه؟! فوالله إني لأعلمهم بالله وأشدهم له خشية»[1] - ويمكن

---

(١) صحيح البخاري، ج ٥، ص ٢٢٦٣، برقم ٥٧٥٠، وأخرجه مسلم في الفضائل، باب علمه (ﷺ) بالله تعالى وشدة خشيته، رقم ٢٣٥٦ .

الاستفادة بهذا المنهج النبوي بأن تأخذي رأيه في مشكلة صديقة لك وزوجها؛ حدث خلاف بينهما بسبب سوء فهمها لزوجها، الذي يحكي لها عن كل شيء؛ حتى تعليقات زملائه وزميلاته، و....

(فما رأيك أيها الحبيب في هذه المشكلة، وكيف أنصح صديقتي؟!).

فإن لم تُجْدِ معك هذه الطريقة غير المباشرة؛ فتشجعي ولكن برفق، وتقدمي ولكن بحكمة؛ ثم اقتحمي العقبة، و....

٤ - صارحي بود:

أي تخيري فرصة طيبة، تكون فيها الأجواء الحوارية بينكما في أعلى مستوياتها الودية، وتكون المشاعر بينكما في أفضل أحوالها الحميمية، وحاولي بذكاء أن تقولي له:

تصور؛ المرأة هي المرأة، وحواء هي حواء، وطبيعتها لن تتخلى عنها؛ لقد استشعرت بعض الغيرة عليك وأنت تحدثني عن زميلاتك؛ فحزنت من أمري ومن غيرتي عليك، وهذا ليس له شأن بثقتي بك؛ ولكن هلا ساعدتني على التغلب على هذا الداء الأنثوي؟

من فضلك أيها الحبيب، أغلق هذا الملف.

فإذا استجاب كان بها؛ واحمدي ربك.

وإن لم يرعوِ؛ فلا تضيقي عليه، ولا تتمادي في صراحتك، وهذا خوفًا عليك من أن تنسي في خضم الدفاع عن كرامتك الأنثوية الجريحة، تقديرك لمشاعره وهذه الإشارات التحذيرية الحمراء، التي كتب على أولها:

٥ - لا تزعجي الحمائم:

أي لا تغلقي الباب في وجه هذا الرفيق الحبيب المنشرح معك في بث أفكاره وآرائه!

فقد يستشعر هذا الطيب أنك تصدينه وتدفعينه إلى الفضفضة مع غيرك من أصحابه ورفقائه.

فيطير الحمام إلى أبراج غيرك!

وتذكري هذه النصيحة الذهبية الأخرى، وأنت تطالعين الإشارة الحمراء الثانية:

٦ - لا تستشيري من لا يفهمكما:

فقد يؤدي تدخل هذا الصنف من الناس بجهلهم أو بسوء تقديرهم - إلى توسيع الهوة الشعورية، وتعميق الفجوة الحوارية بينكما.

فإذا استجبت لنداءاتنا المخلصة، فإننا ندعوك للتقدم إلى قراءة الإشارة التحذيرية الحمراء الثالثة:

٧ - لا تستنصحي من لا يحبكما:

وهذه من أخطر الإشارات الحمراء التي تحمي عشكما السعيد.

فقد يتدخل البعض فيجد الفرصة ليبث سمومه ويفسد العلاقة بينكما.

وتخيري دومًا الناصح الأمين.

لهذا ندعوك إلى السلاح الرباني الأخير؛ وهو:

٨ - استمطري العون الإلهي:

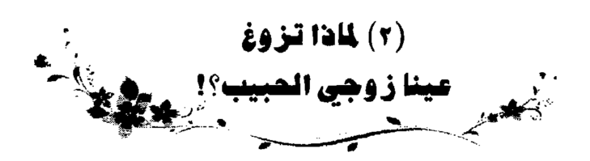
وهو ببساطة: أن تستخدمي سلاح الدعاء.

فعلى كل زوج وزوجة ألا ينسيا هذا السلاح الراقي والرائع؛ لحل كل مشاكلهما، وإزاحة كل همومها، وتفريج كل كروبهما وتيسير كل مصاعبهما.

فلم لا نصلي ركعتين في جوف الليل ونناجيه سبحانه بأن يوفقنا في المهمة التي حمَّلنا إياها؟!

فمنا العمل ومعالجة الأسباب الأرضية، ومنه سبحانه العون والتوفيق: ﴿وَٱلَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَٱجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا﴾ (الفرقان: ٧٤)

❁❁❁



(٢) لماذا تزوغ عينا زوجي الحبيب؟!



سؤال محير!

تواجهه الكثير من الزوجات عندما يرين أزواجهن ينظرون، أو يهتمون، أو يعجبون بالأخريات؛ فيشعرن بالغيرة أولاً، ثم بجرح الكبرياء العميق ثانياً..

أو بمعنى آخر: ما الذي يدفع الزوج للهروب؟

تلك هي القضية التي فجرها سؤالٌ سألتيه إحدى الزوجات على أحد المواقع؛ وجاء فيه أنها تعاني كثيرًا من حالة زوجها الذي ما خرجت معه يومًا إلا ولاحظت شغفه الشديد بالنظر إلى الأخريات، رغم جهدها في التزين له لإرضائه - كما ترى هي - ثم تساءلت:

لِمَ يلتفت إلى غيرها رغم وجودها بجواره؟



لِمَ تشعر ببرودة يديه إذا احتضنتها بين كفيها؟

وكانت البداية باستبيان سألته للكثيرين والكثيرات:

(لماذا تزوغ عينا زوجي الحبيب؟!).

وانقسمت الأسباب - كما ورد في إجابات الاستبيان - إلى:

أسباب عامة من الممكن أن تنطبق على أي حالة، ثم أسباب خاصة مرتبطة بكل حالة.

أولاً: الأسباب العامة:

١ - **نزغ الشيطان:** وهذا هو السبب الأساسي.

فعدم غض البصر غريزة مفطور عليها البشر، ومن الشهوات التي يزينها إبليس لهم، فتفتن كل من يبتعد عن منهج الله (عَزَّوَجَلَّ) وهدايته، ولا ينظر إلى ما عنده سبحانه من حسن المآب: ﴿زُيِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ ٱلشَّهَوَٰتِ مِنَ ٱلنِّسَآءِ وَٱلْبَنِينَ وَٱلْقَنَٰطِيرِ ٱلْمُقَنطَرَةِ مِنَ ٱلذَّهَبِ وَٱلْفِضَّةِ وَٱلْخَيْلِ ٱلْمُسَوَّمَةِ وَٱلْأَنْعَٰمِ وَٱلْحَرْثِ ۗ ذَٰلِكَ مَتَٰعُ ٱلْحَيَوٰةِ ٱلدُّنْيَا ۖ وَٱللَّهُ عِندَهُۥ حُسْنُ ٱلْمَـَٔابِ﴾ (آل عمران: ١٤)

ولا يشترط أن تكون الأخرى أجمل من الزوجة؛ ولكنه تزيين الشيطان وغوايته.

وكما يقول الحبيب (ﷺ): عن أبي ربيعة، عن ابن بُريدة، عن أبيه رفعهُ قال: «يا عليُّ، لا تُتْبِعِ النظرة النظرة؛ فإن لك الأولى وليست لك الآخرة»[1].

٢ - **العناد:** فقد يكون الأمر مجرد رسالة تمرد للزوج على شك الزوجة وسلطويتها أو تسلطها على زوجها، وفي هذه الحالة لا يهم الزوج أن تعلم زوجته بسلوكياته، بل قد يتعمد أن تعلم ما يفعله.

٣ - **الهروب:** فقد يكون ذلك مجرد هروب من واقع أو مشكلة نفسية؛ لمجرد التسرية النفسية؛ فيتمادى الزوج حتى تقع الفتنة.

٤ - **البحث عن الثقة بالنفس:** حيث يلجأ الرجل إلى الأخرى لكسب الثقة بالنفس؛ ولإثبات ذاته عندما تنال منه زوجته، أو تحاول إضعاف شخصيته، أو تحاول هز ثقته بنفسه بإهانته أو التطاول على رجولته.

(١) رواه الترمذي، كتاب الأدب: ٢٧٠١ . وقال أبو عيسى: هذا حديث حسن غريب لانعرفه إلا من حديث شريك.

٥ - **الفراغ:** الذي قد يكون في الوقت، أو العاطفة: فلا يجد الزوج من زوجته الوقت الذي تملأ به حياته، أو لا يجد الاهتمام والرعاية العاطفية، فيبحث عنها عند الأخرى ليسعد ولو للحظات؛ حتى ولو كانت لحظات خادعة.

٦ - **حب المغامرة:** بعض الناس قد يستهويه حب التجربة وحب المغامرة أو المقامرة، بحياته أو سمعته، فيسير في طريق قد لا يحسب عاقبته.

٧ - **ضعف الشخصية:** وبعض الرجال يحاول البحث عن الأخرى التي تشعره بالمكانة والود والشعور بالرجولة.

٨ - **البيئة والواقع المحيط:** سواء المحيط الأسري، أو الاجتماعي.

فالبيئة الأسرية غير السوية، والتفكك الأسري، والجفاء الفكري والعاطفي بين الزوجين - عوامل تدفع إلى الملل والبحث عن السعادة الخارجية، ولو كانت مزيفة.

والبيئة الاجتماعية الخارجية، المتمثلة في المجتمعات المختلطة والمفتوحة من أنسب الأجواء لنشوء العلاقات

الخارجية المحرمة، وهواية النظر للأخرى.

٩ - **التنشئة الأصلية:** فقدْ تكون هناك ترسبات دفينة في نفس الزوج؛ رآها في بيئته الأسرية، أو الاجتماعية، فتتراكم على مر السنين لتكون جزءًا من تكوينه الداخلي؛ فتدفعه للتقليد والمحاكاة، وقد لا يدري تفسيرًا لسلوكه الخارجي الذي توجهه من داخله أفكار دفينة قاتلة كمن يتحرك (بالريموت).

١٠ - **الانتقام:** فعندما يتعرض أحدهم لصدمة من زوجته، أو من المرأة عمومًا؛ يدفعه ذلك إلى الانتقام من أي امرأة يتخذها نموذجًا لمن تسببت في مشكلته، فيرى صورة زوجته في أي امرأة أخرى.

١١ - **لم أزل مطلوبًا:** وهناك مرحلة خطيرة في حياة الرجل قد يسمونها (مرحلة المراهقة الثانية)، أو (أزمة منتصف العمر)، التي تحدث في العقد الخامس من عمر الرجل، فيغامر الرجل ليثبت لنفسه ولزوجته أنه لم يزل مطلوبًا.

١٢ - **عدم الإنجاب:** مما يجعل غريزة حب البقاء توجه الزوج لأن يبحث عمن تشبع عنده هذه الغريزة.



١٣ - **الزوجة الدميمة:** سواءً في الشكل أو الجسد، التي لا تستطيع أن تشبع الرغبة العاطفية عند الزوج، فيبحث عن الأخرى التي تملأ هذا النقص.

١٤ - **إهمال الزوجة لنفسها:** رغم أنها قد تكون جميلة، ولكنها تحجب جمالها بالإهمال، ولا تحاول أن تعف زوجها، فتدفع شريكها المسكين إلى النظر إلى من تهتم بنفسها، وإلى من تشعر الزوج بأنه يرى أنثى لا خادمة، لا يراها إلا بملابس المطبخ ذات الروائح المنفرة.

١٥ - **الهجر والبعد:** وقد يكون بعدًا ماديًا كسفر الزوج، أو سفر الزوجة، أو معنويًا؛ فيشعر الزوج بالغربة، وهو في بيته وبجواره الزوجة الغريبة.

١٦ - **سوء خُلق الزوجة:** وهو من العوامل الطاردة للزوج، حيث يهرب من جحيم اللسان الذي يلسعه كالسوط كلما ناقش شريكته سليطة اللسان أو حاورها.

١٧ - **عاشقة النكد:** هناك من الزوجات من يتفنن في البحث عن الهم والغم والحزن، ويُجِدن ممارسة

مهارات التنكيد والتنغيص وخاصة على الزوج، فيهرب إلى الأخرى، ولو لمجرد التنفيس، وغالبًا ما تكون الأخرى من النوع المرح المبتسم، فيلاحظ الفرق ويهرب إليها.

١٨ - **المنَّانة:** المن من الصفات الطاردة للزوج، وقد يكون المن بالحسب والنسب والمكانة الاجتماعية، وقد يكون المن بالمال، خاصة إذا كانت الزوجة موظفة ولها راتب أو ذات مال.

ثانيًا: الأسباب الخاصة:

أما عن الأسباب الخاصة فهي قد تكون:

١ - أسبابًا ظاهرة:

وتستطيع الزوجة أن تستشفها، أو يستطيع أي قريب منهما أن يلاحظها، فقد يوجد لدى الزوج أو الزوجة سبب أو أكثر من الأسباب التي ذكرناها آنفًا.

٢ - أسبابًا خفية:

لا يعلمها إلا الله سبحانه، ثم الزوج والزوجة.

وهذه لا يستطيع أي إنسان أن يبوح بها.

الخطوة الثانية: ما الحل؟

أنصح كل زوجة لرجل زائغ العينين بـ:

أولاً: التوبة والاستغفار:

ورد عن أحد السلف (رضوان الله عليهم): (إني أرى معصيتي في خلق زوجتي ودابتي).

وقد يكون هذا الخُلق غير السوي من زوجك جزاءً ربانيًا لذنب قد تكونين قد اقترفتِه أنت، فلومي نفسك أولاً، واستغفري الله لعله يتوب عليك، ويصلح لك زوجك.

وتذكري هذه المنن التي امتنها بها الله سبحانه على زكريا (عليه السلام)، ومن أهمها إصلاح الزوجة: ﴿وَزَكَرِيَّآ إِذْ نَادَىٰ رَبَّهُۥ رَبِّ لَا تَذَرْنِى فَرْدًا وَأَنتَ خَيْرُ ٱلْوَٰرِثِينَ ۝ فَٱسْتَجَبْنَا لَهُۥ وَوَهَبْنَا لَهُۥ يَحْيَىٰ وَأَصْلَحْنَا لَهُۥ زَوْجَهُۥٓ ۚ إِنَّهُمْ كَانُوا۟ يُسَٰرِعُونَ فِى ٱلْخَيْرَٰتِ وَيَدْعُونَنَا رَغَبًا وَرَهَبًا ۖ وَكَانُوا۟ لَنَا خَٰشِعِينَ﴾ (الأنبياء: ٨٩، ٩٠).

ثانيًا: الدعاء:

فيجب أن تلجئي إلى هذا السلاح القوي، وذلك بعد الأخذ بالأسباب.

وكرري دومًا دعاء عباد الرحمن المعبر والمؤثر: ﴿وَٱلَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَٰجِنَا وَذُرِّيَّٰتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَٱجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا﴾ (الفرقان: ٧٤).

ثالثًا: المواجهة:

وأقصد بها مواجهة المشكلة والأخذ بالأسباب في حلها.

وكما يقول المثل: (ما حك جلدَك مثل ظُفْرك، فتولَّ أنت جميع أمرك).

وهو نوع من التحدي للشيطان اللعين، وشياطين الإنس الفاتنة.

وضعي في رُوعك أنك ستنتصرين عليهم بعون الله تعالى.

المواجهة الأولى: مواجهة النفس:

١ - اسألي نفسك:

أي اجلسي مع نفسك وفكري في الأسباب الطاردة لرفيق حياتك، التي لا يعلمها إلا الله ثم أنت، ثم حاولي التخلي عن هذه الصفات المنفرة.

٢ - واجهي نفسك، قبل أن تواجهي زوجك العزيز:

فلا يوجد من يحب لك السعادة والاستقرار أكثر من نفسك التي بين جنبيك؛ فواجهي نفسك، ولا تهربي من أخطائك، ولا ترمي بالمشاكل على الغير، فأنت الحل، وأنت المشكلة!

٣ - ارحمي هذا المظلوم:

وأزعم أنه مظلوم بسبب الفتن المحيطة به من كل جانب، التي تأتيه من بين يديه ومن خلفه، وتهاجمه في الشارع، وفي الفضائيات، وفي شبكات الإنترنت، وفي العمل.

وقد اختارك ذات يوم عن طواعية؛ لتشاركيه مسيرة حياته، ولتعفّيه عن المحرمات، وتنجبي له الذرية التي تحمل اسمه؛ فلا تسلميه لأعدائك وأعدائه، واعتبريه طفلاً كبيرًا يحتاج إلى الرعاية والنصح والشدة في بعض الأحيان لمصلحته.

٤ - اقتربي خطوة.. يبتعد عنهن خطوات:

أي كلما اقتربت من زوجك وفكريًا وعاطفيًا، سيبتعد عن النظر إلى الأخريات بقدر اقترابك منه، فالجزاء من

جنس العمل، أي سيجازيك الله سبحانه باقترابك خطوة بقرب زوجك منك خطوات، والعكس: إذا ابتعدت خطوة: اقترب منهن خطوات.

وكل لبيب بالإشارة يفهم!

٥ - لا ترفعي الراية البيضاء أمامهن:

فلا تيأسي من تكرار المحاولة للاحتفاظ بحبيبك وشريكك.

(ومن داوم على قرع الباب يوشك أن يفتح له).

٦ - لا تخسري المعركة:

إنها معركة مع شياطين الجن والإنس، فكوني قوية، واثقة بنفسك، معتزة بحقك، حسنة الظن بالله (عز وجل) ﴿وَٱللَّهُ مَعَكُمْ وَلَن يَتِرَكُمْ أَعْمَٰلَكُمْ﴾ (محمد: ٣٥)

المواجهة الثانية: مواجهة الزوج:

كوني حكيمة وواعية؛ ورقيقة، ولطيفة معه، واستغلي فرصة طيبة، في ساعة صفاء، ثم صارحيه، والأفضل ألا تصارحيه بخوفك منه، بل بخوفك عليه، وعلى عشكم السعيد من الحاقدات الحاسدات الفاتنات، والمفرقات.

واسأليه:

هل قصرت في شيء معك؟

هل بي عيوب تريد مني إصلاحها؟

ما رأيك فيَّ وفي زينتي وملابسي؟

ثم... لِمَ تنظر إلى غيري؟

الخطوة الثالثة: حالة خاصة:

وهي خطوة خاصة، تعنى بحالة خاصة لزوج كانت له علاقات نسائية قبل الزواج، وتعاني زوجته من المشكلة نفسها. وأعتبرها استدراكًا أو ملحقًا خاصًا بهذا الهم النسوي الأليم.

فبالنسبة للزوج الفاضل:

أظن أن علاقاته الأولى قد ألقت بظلالها على حياته، فوقع في حيرة تعانين منها، فكيف ذلك؟

١ - لقد ارتكب، والعياذ بالله، كبيرة الزنى، ولا شك أن الله (عز وجل) يغفر الذنوب جميعًا لمن أخلص في توبته، ولكن من تاب توبة الكاذبين، أي ابتعد، ولكنه يتمنى المعصية، فالله (عز وجل) يعاقبه بأن يحرمه من بركة المتعة الحلال، وهذه تحتاج إلى توبة خالصة ودعاء

مستمر أن يعفه ويملأ عينه بك، وعليك أن تساعديه على ذلك، ولا تكوني عونًا للشيطان، بل عوضيه عن المتعة الحرام بالمتعة الحلال، واجتهدي في ذلك، ولا تذكريه بماضيه، والله (عَزَّوَجَلَّ) يبدل السيئات حسنات لمن أخلص في نية التوبة، فهل ستعينينه؟! أنا واثق بإخلاصك؛ لأنك مصرة على حمايته ومحاولة إيجاد الحل للمشكلة، وستنتصرين بعونه تعالى، فأحسني الظن بالله، فهو سبحانه عند حُسن ظن عبده به.

٢ - لقد جرب زوجك معاشرة الأخريات، ولا شك أنهن يتفنن في مهارات المعاشرة؛ لأنها وظيفتهن والعياذ بالله، لذا فإنه لم يزل مطاردًا في مخيلته وفي تصوره منهن، خاصة عند لقائكما.

وللتغلب على هذا التحدي.. عليك أن تجيدي وتتفنني في مهارات التزين واللقاءات الخاصة، واجتهدي بكل مهاراتك وفنونك الأنثوية، كي تنسيه هذه المطاردة الشيطانية، وسيعينك الله (عَزَّوَجَلَّ)؛ لأنك في صفه سبحانه، وتقومين بحسن التبعل كما يوصي الحبيب (ﷺ)، وسيعينك بعد الله سبحانه القراءة في هذا الموضوع الخاص والمهم جدًا، القراءة الموثوقة الشرعية، وأهم مصادرها:

أ- الاتصال بجمعية (**مصابيح الهدى**) بالكويت، التي يشرف عليها الأخ الفاضل **الشيخ/ جاسم المطوع** صاحب برنامج (**البيوت السعيدة**) بقناة (**اقرأ**).

ب- قراءة باب (**في غرفة النوم**) بمجلة (**الفرحة**)، وهي مجلة كويتية طيبة ملتزمة، يشرف عليها أيضًا خبراء الاستشارات الزوجية.

جـ- قراءة بعض المجلات الملتزمة والهادفة، مثل (**الزهور**).

ونحن معهم ومعك بعون الله تعالى؛ حتى تتمتعي بأسرة سعيدة موفقة، وبزوج سعيد تقف وراءه زوجة مخلصة واعية ماهرة.

وأخيراً... هل ستنتصرين؟

أنا واثق بذلك، فالقرآن الكريم، والسنة النبوية، والتاريخ والواقع مصادر تبشر بانتصار أصحاب الحق الأقوياء.

و... ﴿فَسَتَذْكُرُونَ مَآ أَقُولُ لَكُمْ ۚ وَأُفَوِّضُ أَمْرِيٓ إِلَى ٱللَّهِ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ بَصِيرٌۢ بِٱلْعِبَادِ﴾(غافر: ٤٤).

❀❀❀

(٣) زوجي الحبيب..
لماذا تحبس عني مشاعرك؟!



رجاء حيي.. وسؤال خجول.. وصرخة صامتة... هكذا كان شعوري بالشكوى الثالثة من شكاوى بعض الزوجات الفضليات، عبر الهاتف، ومن خلال الرسائل الإلكترونية.

فهو أولاً: رجاء حيي، مكبوت، ومحبوس استشففته تحت دموعهن.

وهو ثانياً: سؤال خجول، استقرأته؛ وهو يحاول على استحياء من صاحبته، أن يترجم بعض أحاسيسها الدفينة القاسية، التي تراكمت على مر سنين العشرة.

ثم هو ثالثاً: صرخة صامتة، سمعتها، وهي تتجاوز جدار الجليد الزوجي، وتخترقه لتسمع من يفهم، وتستوضح ممن جرب، وتستجدي من يبادر بأن يرحم هذه المشاعر المؤلمة الدفينة، التي حبستها هذه الحياة الزوجية الثلجية.

بين الصرخة الصامتة.. والصمت الصارخ

لقد استمعت لمحدثتي الفاضلة، وكانت الكلمات تتهادى وصوت ضعيف متهدج، كأنه يأتيني من بئر عميقة سحيقة، يتجاوز صداه هذا العمر المديد المبارك، وهذه العشرة الزوجية الطويلة.

فاستشعرت رجاءها الحيي، وفهمت سؤالها الخجول.

ولكن ما لبثت أن سمعتها، وكأنها ترسل صرختها الصامتة، لتخترق هذا الصمت الزوجي الصارخ.

المنظومة البشرية المحترمة

فمن خلال الحوار علمت أن محدثتي الفاضلة قد تجاوزت العقد الرابع من العمر بقليل، تنافح بشموخ عن أسرة طيبة ملتزمة.

وقد أثمرت هذه الزيجة المباركة عن باقة صغيرة من الأبناء الأحباء، أكبرهم يدرس في إحدى ما يسمونها بكليات القمة المرموقة.

أما عن الزوج، فهو رجل طيب صاحب خلق حسن، محترم، وملتزم، ويقدس حياته الزوجية - كما يقولون - ويحب زوجته وأبناءه حبًا جمًا، وينحدر من أسرة طيبة

محترمة، وهو ذو مركز اجتماعي محترم ودخل كريم، مما أهَّل هذه الأسرة لمعيشة كريمة محترمة، كما أن له علاقات اجتماعية - أيضًا - محترمة.

فهو إذن منظومة بشرية محترمة متحركة.

بقعة خجول.. على ثوب أبيض

ولكن... هل تدرون ما المشكلة التي أثمرت هذه الهموم المتراكمة، في اللاوعي عند الزوجة الفاضلة، من طول هذه العشرة المباركة والمحترمة.

وما هذه البقعة الداكنة الخجول والقاسية في هذا الثوب الجميل؟

إنها - ويا للعجب - عدم القدرة على التعبير عن هذه المشاعر الكريمة المحترمة؟!

فالمشاعر موجودة وغنية يفيض بها قلبا الزوجين الكريمين، بل والأسرة كلها.

والحب ينشر ظلاله على أجواء هذا البيت الكريم.

ولكنه الفقر المدقع.. والشح البالغ.. والبخل الشديد؟!

هو الفقر في ترجمة هذه المشاعر الفياضة إلى لمسات حانية.

والشح في التعبير عن مكنونات القلوب السامية بكلمات ودود.

البخل في تحويل هذه المشاعر الدفينة الراقية إلى سلوكيات دافئة.

سلام عليك.. أبا الأنبياء

يا الله!

الآن، والآن فقط، تذكرت رد أبي الأنبياء إبراهيم (عليه السلام): ﴿وَلَٰكِن لِّيَطْمَئِنَّ قَلْبِي﴾ (البقرة: ٢٦٠)، وتذكرت المغزى التربوي الراقي لقوله (ﷺ): «نحن أحق بالشك من إبراهيم؛ ﴿وَإِذْ قَالَ إِبْرَاهِيمُ رَبِّ أَرِنِي كَيْفَ تُحْيِ الْمَوْتَىٰ ۖ قَالَ أَوَلَمْ تُؤْمِن ۖ قَالَ بَلَىٰ وَلَٰكِن لِّيَطْمَئِنَّ قَلْبِي﴾ (البقرة: ٢٦٠)، ويرحم الله لوطًا لقد كان يأوي إلى ركن شديد، ولو لبث في السجن طول ما لبث يوسف لأجبت الداعي»[1].

وعجبت كيف أخرج هذا الحديث الطيب الإمام مسلم في باب "زيادة طمأنينة القلب بتظاهر الأدلة".

إنها الطبيعة البشرية، مهما ارتقت الشخصيات.

---

(١) متفق عليه، واللفظ للبخاري، ج ٣، ص ١٢٣٣، برقم ٣١٩٢ .

وهي الواقعية الإنسانية، مهما سمت السلوكيات.

وهي اللمسة المادية الظاهرة، المطلوبة لتعمق ما وقر في القلب وتثبته.

وهو الدليل الظاهر، والمؤشر المرئي المراد ليثبت المشاعر الباطنة الفياضة.

وإنه الرجاء الذي تكرر، وطالب به خير من سار على وجه الأرض، وخير الأنبياء (عليهم السلام)، فما بالكم ببشر مقصرين مثلنا تتلاعب بهم إغراءات شياطين الإنس، ووساوس شياطين الجن!

فماذا عن الرسائل السلبية لهذا الفقر المشاعري والشح التعبيري؟

ونقصد بها تلك التراكمات النفسية القاسية التي تتولد في العقل الباطن أو اللاوعي عند الزوجة كرد فعل لسلوكيات الزوج المبهمة عندما ينعقد لسانه عن مجرد النطق بكلمة تطمئن رفيقته عن شعوره نحوها.

وتتحجر نظراته عن مجرد نظرة وُدّ تسعدها، وتخبرها بمدى حبه لها.

وتتسمر جوارحه عن مجرد لمسة حانية تشعل حرارتها جوانحها الرقيقة.

وتشل يداه عن مجرد ربتة ودود تشعرها بتقديره لها.

والأخطر هو أن تتراكم هذه الرسائل المحبطة داخلها، على مر السنين، من جراء هذا التبلد التعبيري، ثم تظهر من حين لآخر على جوارحها وسلوكياتها الظاهرة على هيئة سلوكيات معوجة غير محسوبة النتائج.

وتظهر وكأنها انفجارات بركانية، وذلك لأدنى الأسباب وأوهنها، وكأنها (القشة التي قصمت ظهر البعير).

فهل كانت هذه القشة ثقيلة وقاسية ومدمرة لهذا الحد؟!

أم أن هذا البعير المسكين قد ناء بحمله، وفاض به الكيل، وصارت عنده القابلية الشديدة للكسر، ففار تنوره، وانفجر في وجه أحب الناس وأعزهم وأقربهم وأجملهم؟!

ولا ننسى دور و﴿مِن شَرِّ ٱلْوَسْوَاسِ ٱلْخَنَّاسِ ۝ ٱلَّذِى يُوَسْوِسُ فِى صُدُورِ ٱلنَّاسِ﴾ (الناس: ٤، ٥) في بث مثل هذه الرسائل السلبية، والسموم الشيطانية.

وسنفاجأ أن معظم هذه الرسائل ما هي إلى تساؤلات دفينة، تحتاج إلى صراحة وحوار وشفافية وثقة.

١ـ هل حقًا هذا الرجل الطيب يحبني؟

٢ـ هل هناك شخص أهم مني في حياته؟

٣ـ هل أنا لا أستحق كلماته الدافئة؟

٤ـ هل يستكثر عليَّ اللمسة الحانية؟

٥ـ ما أسباب تحفظه معي؟

٦ـ هل يبخل عليَّ بعلامة ليطمئن قلبي؟

٧ـ لماذا هذا البرود والتبلد المشاعري؟

والخطورة أن تنقلب هذه الرسائل إلى تأويلات من جانب الزوجة لأي سلوك من الزوج حتى ولو كان بسيطًا وتافهًا، حتى لمجرد صمته وخرسه التعبيري، مثل:

زوجتي العزيزة...

١ـ إن صمتي له دلالات على عدم الرضا عن عشرتنا.

٢ـ وبكمي التعبيري رسالة بعدم استشعار الثقة.

٣ـ وشحي المشاعري ما هو إلا رسالة تمرد على أفعالك معي.

٤ـ وبخلي في اللمسات الدافئة ما هو إلا رد فعل لبخلك معي، وإنها واحدة بواحدة، لعلك تفيقين.

٥- إن هناك غيرك يستحق ابتساماتي وتعبيراتي ورضائي.

٦- إلى متى تتغابين ولا تفهمين مغزى رسائلي الصامتة الخرساء؟!

٧- ليس في هذا المنزل ما يفتح شهيتي للكلام والغرام.

فماذا كانت رسالتي إلى هذه المهمومة الفاضلة؟!

وهي كذلك رسالة إلى كل من يعاني من رفيق حنون حبيب عطوف، ولكنه لا يجيد فن التعبير عن المشاعر أو مهاراته.

أولاً: لنبحث معًا عن الأسباب، وهي تنقسم قسمين:

القسم الأول: أسباب داخلية شخصية:

أي تعود إلى الزوج أو الزوجة نفسهما.

١- قد تكون طبيعة شخصية حيث لا تكون لدى الزوج القدرة على التعبير عما بداخله عمومًا، فهو كتوم، كتوم.

٢- اعتبار هذا التعبير عيبًا في حقه كرجل، ينافي الرجولة والخشونة.

٣- استشعار أن هذا البوح يقلل من قدره في نظر الآخرين واحترامهم له.

٤- الخجل الزائف: أي تحرج الزوج من أن يعبر لزوجته عن مشاعره.

ونقول: زائف؛ لأنه خجل ليس في موضعه.

٥- أن يستشعر الزوج - أو الزوجة - أن الأخر سيسيء فهم هذا التعبير ويعتبره جرأة و(بجاحة).

٦- أن يشعرّ الزوج عندما تطول رحلة الزواج أن ترجمة هذا الفن في التعبير عن مكنونات النفس، لا يصح في هذه السن، وأن العمر لا يسمح!

أي (احنا كبرنا على هذه المراهقة).

٧- استشعار أن التعبير عن الأحاسيس ليس له ضرورة؛ فالزوجة تعرف جيدًا أنني أحبها (وهل أنا قصرت في طلباتها المادية من مسكن كريم، وأكل وشرب وفير، وملبس راقٍ؛ لتحتاج إلى هذا الكلام الفاضي؟!).

القسم الثاني: أسباب خارجية وبيئية:

١- **الأبانية** أي طبيعة وراثية عائلية تجعل الزوج يأبى التعبير عن حبه، ويعتبر ذلك ضعفًا.

٢- **رسالة تمرد:** أي إعلان أخرس بالعصيان الزوجي على الزوجة.

٣- **رسالة عدم رضا:** فلعلها تراجع نفسها.

٤- **رسالة رد فعل:** أي واحدة بواحدة يا زوجتي العزيزة والبادي أخرس.

٥- **قهر الواقع الاجتماعي:** وذلك لطبيعة الظروف المعيشية والمادية وإفرازاتها التي طمست كل ما هو جميل.

لهذا انتشر تعبير (الزمن الجميل) تحسرًا على ما مضى.

ثانيًا: عزيزي الزوج.. كيف تتقن مهارات التعبير عن المشاعر؟

الإجابة: أن تجيد مهارة ترجمة المشاعر الطيبة إلى سلوكيات أطيب.

وأن تستطيع التعبير عن مشاعرك الرقيقة الدفينة بأفعال ظاهرة أرق.

وأن تتعلم كيف تحول إحساسك الداخلي الجميل إلى عبير وشذًا دافئ تستمتع به رفيقة عمرك.

فإذا بدأ الطرف الأول في نشر هذا العبير، وإتقان هذا الفن التعبيري، فإن الطرف الآخر حتمًا سيصاب بالعدوى التعبيرية، وسيتذكر كم هو مقصر في حق أحب الناس، وستبدأ سلسلة تصحيح المسيرة الزوجية السعيدة بعونه تعالى.

فالخطوة الأولى هي:

١- راجعا.. نفسيكما

ابحثا عن السبب الدفين لهذا الخرس والبكم التعبيري، وهل هو سبب شخصي في الزوج أم نتيجة لأسباب خارجية.

وهذه المراجعة لن تأتي إلا من خلال:

٢- نوادر أبي زرع وأم زرع.. واللافتات الزوجية:

أي الجلسة الزوجية الودود الدافئة الشفافة الصريحة.

فمن خلال هذه الجلسة الحبيبة، يتولد التفاهم، وينمو الحوار، وتترعرع الصراحة، وتتولد الثقة.

وتأمل الحديث الجميل والطريف الذي روته عائشة (رضي الله عنها)، قالت: (جلس إحدى عشرة امرأة: فتعاهدن،

وتعاقدن أن لا يكتمن من أخبار أزواجهن شيئًا).

حكت كل منهن، فوصفت زوجها وصفًا دقيقًا طريفًا، ومنهن أم زرع، وكانت الحادية عشرة فيهن، حيث قالت: (زوجي أبو زرع، فما أبو زرع؟ أناس من حلي أذني، وملأ من شحم عضدي، وبجحني فبجحت إلى نفسي، وجدني في أهل غنيمة بشق فجعلني في أهل صهيل وأطيط ودائس ومنق. فعنده أقول فلا أقبح، وأرقد فأتصبح وأشرب فأتقنح).

ومعنى وصفها أن أبا زرع قد حلاها بقرط عظيم يتحرك لثقله بأذنيها، وسمنها حتى امتلأ عضداها شحمًا، وفرحها ففرحت، وأنه ارتقى بمستواها فأخذها من أسرة غنيمة أي تملك الغنم إلى أسرة أرقى تمتلك الخيل ذات الصهيل، والإبل ذات الأطيط، وهو رجل صاحب زرع يدوسه؛ أي يدرسه، وينقيه من تبنه وقشوره، وتتمتع معه بالحرية فتقول رأيها، فيقبله بصدر رحب، ولا يقبحه، ومعيشتها مريحة، فهي ترقد وتنام بعد الصباح، وهي مكفية بوجود خدم يخدمونها والماء عندهم وفير، فهي تشرب الماء، وتتقنح أو تتقمح، أي بتمهل، وكما تشاء.

قالت عائشة: قال لي رسول الله (ﷺ): «كنت لك كأبي زرع، لأم زرع»[١].

وتدبر هذا التعليق الودي المطمئن من الحبيب (ﷺ)، وهو يطيب نفس حبيبته عائشة (رضي الله عنها)؛ بأنه يحسن عشرتها.

وتدبر ما ورد في تعليقه (ﷺ) على بقية ما حدث لأم زرع مع أبي زرع عندما أكملت قصتها (قالت: خرج أبو زرع، والأوطاب تمخض، فلقي امرأة معها ولدان لها كالفهدين يلعبان من تحت خصرها برمانتين؛ فطلقني، ونكحها، فنكحت بعده رجلاً سريًا، ركب شريًا، وأخذ خطيًا، وأراح عليَّ نعمًا ثريًا، وأعطاني من كل رائحة زوجًا، قال: كلي أم زرع، وميري أهلك، فلو جمعت كل شيء أعطاني ما بلغ أصغر آنية أبي زرع)[٢].

ومعناه: أن أبا زرع خرج من بيتها مبكرًا، في زمن الخصب وطيب الربيع فالأوطاب، وهي جمع وطبة، أي

(١) صحيح مسلم، ج ٤، ص ١٨٩٦، برقم ٢٤٤٨ .

(٢) المصدر السابق.

أوعية يمخض فيها اللبن، تتمخض وتتحرك ليستخرج منها الزبدة، فلقي تلك المرأة الشابة، وقد تعبت من مخض اللبن فاستلقت تستريح فرآها أبو زرع على حالة أعجبته ووقعت منه موقعًا؛ فما كان منه إلا أنه طلق أم زرع وتزوج تلك المرأة.

فتزوجت أم زرع من بعده رجلاً سريًا، أي سيدًا شريفًا وسخيًا، وأنه ركب فرسًا شريًا؛ أي يستشري في سيره أي: يلح ويمضي بلا فتور ولا انكسار، وأخذ خطيًا؛ أي رمحًا منسوبًا إلى موضع الخط، وهي قرية بنواحي البحرين وساحل عمان، وهي منبت تجلب منه الرماح، وغزا، ثم أراح: أي أتى موضع البيت بعد الزوال من غزوته، فأتى بنعم كثيرة من الإبل والبقر والغنم، وأعطاها من كل صنف أو غزوة زوجًا أي اثنين مما غنمه، وأطعمها وأكرمها، وقال لها: أعطي أهلك وأفضلي عليهم وصليهم وبريهم.

ومع ذلك؛ فكانت أحواله عندها محتقرة بالنسبة لأبي زرع، وكان سبب ذلك أن أبا زرع كان أول أزواجها،

فسكنت محبته في قلبها، كما قيل: (ما الحب إلا للحبيب الأول)، وأيضًا (لأن البديل دومًا معيب).

ولهذا كان التعليق الذكي الرقيق من الحبيب الودود (ﷺ)، كما جاء في رواية الطبراني: «يا عاشة، كنت لك كأبي زرع لأم زرع؛ إلا أن أبا زرع طلق، وأنا لا أطلق»[1].

فإذا نجحت أيتها الأخت الكريمة في هذه الأحاديث الودية، وذكرته بمثل سلوك أبي زرع مع أم زرع - دون الطلاق طبعًا - وتوطدت الثقة بينكما، فهي الخطوة التي تسبق مراجعة سلوكياتكما مع بعضكما البعض.

وكذلك أمكن استدراك ما فات، وتصحيح ما هو آت من عمركما المديد الجميل.

ثم تشجعي في صراحتك، وحاولي أن تقرئي معه الخطوات الآتية، وذكريه بهذه (اللافتات الزوجية الحميمية)، وهي مجموعة من اللمسات الراقية، فقولي أو اكتبي على مرآة غرفة النوم، أو في وريقة داخل جيبه، كل يوم لافتة أو تذكرة أو لمسة.

---

(١) المعجم الكبير، ج ٢٣، ص ١٧٣، برقم ٢٧٠ .

وابدئي باللمسة الأولى: زوجي الحبيب:

٣- أعلنها.. ولا تخجل:

فلقد أعلنها الحبيب (ﷺ).

وتدبر أين أعلنها؟

ولمن؟

وأمام من؟

ومن سمعها، فأداها كما سمعها؛ حتى وصلت إلينا؛ كرسالة حب وود خالدة؛ لتعلم الناس كل الناس: «من يملك الشجاعة، فيعلن على الملأ، ولا يخجل، كما فعل (ﷺ)»؟

عن عمرو بن العاص (رضي الله عنه) أنه قال: يا رسول الله، من أحب الناس إليك؟

قال: عائشة.

قال: من الرجال؟

قال: أبوها[1].

(١) سنن الترمذي، ج ٥، ص ٧٠٦، برقم ٣٨٨٦، هذا حديث حسن غريب من هذا الوجه من حديث إسماعيل عن قيس - قال الشيخ الألباني: صحيح.

فإذا استحيى أو بالأحرى جَبُن؛ فذكريه بهذه النصيحة النبوية الكريمة. **أما اللمسة الثانية:**

٤- أخبرها... تخبرك:

«إذا أحب الرجل أخاه فليخبره أنه يحبه»[١].

هذا هو الأمر.

وهذه هي النصيحة.

فترجم أحاسيسك، ولا تحبس مشاعرك أيها الرجل الطيب؛ لأن هذه الترجمة السلوكية للمشاعر والعواطف لها أسرار نفسية وآثار تربوية في علاقتنا الإنسانية.

ولولا ذلك ما أمرنا بها قدوتنا (ﷺ).

فأطع الحبيب (ﷺ)، واقتنص ثواب الطاعة والاتباع.

فإذا تشجعت، وطمعت في الثواب، وأخبرتها؛ فلتكمل مسيرتك في ارتقاء سلم فن التعبير عن المشاعر، ومهاراتك الحميمية. **واقرأ اللمسة الثالثة:**

٥- قدرها... تسرها:

وتأمل كيف كان الحبيب (ﷺ) ينتهز كل فرصة، ليؤكد ويقرر، بل ويقدر فضل زوجته الأولى خديجة (رضوان

---

(١) رواه أبو داود والترمذي، وقال: حديث حسن.

الله عليها)، وأن لها مساحة كبيرة من المكانة في قلبه حتى بعد رحيلها.

عن عائشة (رضي الله عنها) قالت: كان النبي (ﷺ) إذا ذكر خديجة أثنى عليها فأحسن الثناء، قالت: فغرت يومًا، فقلت: ما أكثر ما تذكرها حمراء الشدق، قد أبدلك الله (عز وجل) بها خيرًا منها!

قال: «ما أبدلني الله (عز وجل) خيرًا منها، قد آمنت بي إذ كفر بي الناس، وصدقتني إذ كذبني الناس، وواستني بمالها إذ حرمني الناس، ورزقني الله (عز وجل) ولدها إذ حرمني أولاد النساء»[٧].

فهلا تأسيت بحبيبك (ﷺ)؛ وقدرت مميزات رفيقة العمر، وانتهزت كل فرصة لتطلق كلمات التقدير، أمام وجهها ومن خلفها في غيابها؛ حول ما تبذله يوميًا من:

رعايتها الجهيدة لأبنائك،

واهتمامها بمملكتكما الصغيرة،

وأناقتها في مظهرها،

وسؤالها عن أقاربك ومن تحبهم،

---

(٧) مسند أحمد بن حنبل، ج ٦، ص ١١٧، برقم ٢٤٩٠٨، تعليق: شعيب الأرنؤوط، حديث صحيح، وهذا سند حسن في المتابعات.

وتقديرها لعملك المجهد،

واتصالها بك في عملك،

و..

و..؟!

فاستمر، وستقلدك رفيقتك، بل والأبناء أيضًا، والذين ستنتقل إليهم هذه العدوى الراقية التقديرية، ولا تتراجع عن استكمال اللمسة الرابعة.

٦- لا تلجم مشاعرك.. فلن تنساها لك:

فلقد أجاد الصحابة (رضوان الله عليهم) مهارة فهم النفسيات، وكانت لديهم قدرة عظيمة على التعبير عن المشاعر الدفينة والعواطف النبيلة.

وتدبر ما حكاه كعب بن مالك (رضي الله عنه) عن قصة محنته، وكيف حفظ الجميل والتقدير لطلحة بن عبيد الله (رضي الله عنه)؛ عندما قام ليهنئه بتوبة الله تعالى عليه ولم يقم غيره؛ فتدبر هذا الموقف، الذي قصه علينا كعب بن مالك (رضي الله عنه) أثناء محنته:

«فقام طلحة بن عبيد الله (رضي الله عنه) يهرول حتى صافحني وهنأني، والله ما قام رجل من المهاجرين غيره،

فكان كعب لا ينساها لطلحة»[١].

وإنه من القصور الغريب، والبلادة المنفرة؛ أننا نملك جميعًا الكثير والطيب من المشاعر، ولكننا نفشل في ترجمتها إلى سلوكيات عملية، فإذا ارتقيت في إتقان فن التعبير عن مشاعرك؛ فننصحك أن تتمعن في اللمسة الخامسة:

٧- اثبت ولا تتغير مع الظروف:

بل استمر في رقيك الإنساني الودود.

وتذكر كيف كان الحبيب الرقيق (ﷺ)، يكثر من تودده، خاصة لحبيبة قلبه الصديقة عائشة (رضوان الله عنها).

عن منصور ابن صفية أن أمه حدثته: أن عائشة (رضي الله عنها) حدثتها: إن النبي (ﷺ) كان يتكئ في حجري وأنا حائض، ثم يقرأ القرآن»[٢].

ومعنى يتكئ: من الاتكاء وهو الجلوس متمكنًا، أو الميل في القعود مع الاعتماد على شيء، والمراد هنا أنه (ﷺ) كان يضع رأسه في حجرها.

---

(١) متفق عليه.

(٢) متفق عليه، واللفظ للبخاري، ج ١، ص ١١٤، برقم ٧١١٠ .

ومعنى حجري: حضني، وهو ما دون الإبط إلى الكشح، وهو ما بين الخاصرة إلى الضلع الخلف.

بل تسامت هذه العلاقة الودود أعظم من ذلك القدر، فقد روت عائشة (رضي الله عنها) قالت: كنت أرجل - أي أسرح وأمشط - رأس رسول الله (ﷺ) وأنا حائض[1].

فإذا نجحت في أن تثبت عواطفك، ولا تتغير مهارتك في التعبير عن مشاعرك مع رفيقة عمرك في كل أحوالك وأحوالها، فأنت الآن جدير بأن تشاهد أو تتابع معنا ما يجعلك ترتقي عمليًا أكثر في هذا الفن الجميل الرقيق النادر، وافتح صفحات ملف اللمسة السادسة.

٨- امتلك.. فن التعبير عن المشاعر:

اعتبرها دعوة خاصة رقيقة.. لتصنعا حكايتكما معًا.. ولتعيشا حلمكما معًا.

وهو عبارة عن فيلم خاص جدًا، ودائم بعونه تعالى في (فن التعبير عن المشاعر)، وستصنعانه معًا، فأنت البطل وزوجتك الكريمة هي البطلة، وسمِّه ما شئت، فأمامك من العناوين الجميلة التي تذكرك بعهدك الحالم، وزمن

(١) صحيح البخاري، ج ١، ص ١١٤، برقم ٢٩١ .

الحب الجميل، وتذكر معي بعض الأسماء (الرومانسية) مثل: رائعة محمود تيمور الراقية: (ليلة.. نام فيها الشيطان)، وتحفة شكسبير: (حلم ليلة صيف)، أو (قصة حب)، أو....

وتخيل أنك دخلت بيتك الحبيب، ثم وجدت زوجتك في انتظارك، كعادتها الطيبة المخلصة!

ثم فاجأتها بمفاجأة رقيقة، ولو رسالة بسيطة تذكرها بتاريخ معين، أو ذكرى معينة، تكون قد نسيتها. أو عبرت لها بكلمات بسيطة رقيقة عما بداخلك.

لقد كنت كريمًا من قبل في الماضي، في الأيام الخوالي، وكنت ماهرًا في نشر عبير هذه الكلمات الرقيقة الدافئة.

ما الذي أَلَمَّ بكما؟

لِمَ هذا البخل التعبيري؟

ولِمَ هذا الشح المشاعري؟

ولِمَ هذا التقتير العاطفي؟

ثم، لِمَ هذا التضييق في اللمسات الرقيقة الدافئة؟

هل هي الحياة والمعيشة والأبناء والسنوات، وقد طغت



بروتينيتها على مشاعركما، فبدلت المشاعر الدافئة إلى حالة احترام بارد، وسكون تعبيري، وبُكْم مشاعري، وصمم عاطفي، و.....؟

فلِمَ لا تستشعر سحر تعبيراتك الودية الحميمة، وآثارها على مشاعرها؟!

لِمَ لا تتخيل كيف يفعل الرابط الذهني بداخلها بسرعة، فيذكرها من خلال هذه المشاعر الدافئة بأيام جميلة حبيبة ومواقف رقيقة كالنسيم؟!

وحتى متى تحرمان نفسيكما من هذه اللحظات الإنسانية الرائعة؟

وإلى متى ستستمر هذه الحالة من الصمت، والفقر في مهارة التعبير عن المشاعر؟

أرجوك، قم الآن وافعلها..

ولا تنتظر..

ولا تسوِّف..

فأنت - قبلها - في حاجة إلى هذه اللحظات الدافئة الرقيقة.

وإليك هذه الباقة التي تفتح ملفات التعبيرات الرقيقة الأخرى، واعتبرها من الخطوط العريضة لسيناريو فيلمكما أو حكايتكما؛ مثل:

١- المكالمات الهاتفية.

٢- تخصيص رنة رقيقة لرقم هاتف زوجتك فقط.

٣- إرسال الـ (Missed Call) أثناء غيابك، ولو في العمل (كما هو منتشر هذه الأيام، وقد تظهر أساليب جديدة فيما بعد).

٤- القيام بمداعبة وممازحة رقيقة (معاكسة شقية).

٥- الهدية البسيطة ولو وردة.

٦- التخطيط لجسلة ودية وحدكما.

٧- الخروج في نزهة وحدكما.

٨- طالعا معًا رسالة من رسائل أيام التعارف الأولى.

٩- تصفحا معًا بعض صور ألبوم أيامكما الحبيبة الأولى.

١٠- جددا الذكريات، وذلك بأن تزورا معًا أماكن لحظاتكما السعيدة الأولى.

١١- استرجعا حديث الذكريات، ومن خلاله تذكرا معًا (سلسلة الأوائل).

* أول زيارة قمت بها لبيتها.
* أول سلام بينكما.
* أول هدية.
* أول غرفة اخترتماها.
* أول رسالة.
* أول مكالمة.
* أول.. وأول.. وأول.. (هيا - أيها الأستاذ العلامة - قم وابتدع وتذكر، ونوع وجدد).

١٢- وأخيرًا، هل ستخرجان معًا من هذا الهم الزوجي الغريب؟

إن شاء الله سيحدث.. ولن يضيع الله عملكما للحفاظ على الرباط والعهد والعقد الشديد الذي سماه الحق سبحانه ﴿مِّيثَاقًا غَلِيظًا﴾ (النساء: ٢١)

❀❀❀

(٤) زوجي الطيب لا يشكرني ولا يقدرني



شكوى متكررة وهمٌ كبير

هذا ما استشعرته من خلال العديد من رسائل الأمهات الفضليات، والزوجات الكريمات.

وهو ما دفعني لأن أعتبره - وحسب تكراره في الترتيب - الهم الرابع من همومهن.

وهو كذلك ما استغربته؛ لأنني عندما قرأت وبحثت عنه وجدته ملفًا قديمًا وخالدًا، ليس بين الزوجين فقط، بل بين الناس جميعًا، ومنذ القدم.

ولا نبالغ إذا أكدنا أنه يعتبر من الهموم القاسية لكل الخلائق والأحياء جميعًا.

تعددت الخلائق.. والهم واحدٌ

والعجيب أن تكون الشكوى النسائية من هذا الهم

مماثلة تقريبًا لذات الشكوى الرجالية من الهم نفسه.

إذن المشكلة الأسرية متبادلة، وهذا الهم الزوجي مزدوج.

وتدبر هذه الحادثة الطيبة التي تبين أن هذا الهم، هو هم عام ومتجذر في طبيعة العلاقات بين الخلائق جميعًا حتى الحيوانات، وهو ما جعل هذا البعير المسكين يشكو عدم شكر البشر الذين عايشهم، وعدم تقدير من عاونهم، وعدم وفاء من خدمهم.

فقد خرج النبي (ﷺ) يومًا، فجاء بعيرٌ يرغو حتى سجدَ لهُ.

فقال المسلمون: نحن أحق أن نسجد للنبي (ﷺ).

فقال: «لو كنتُ آمرًا أحدًا أن يسجد لغير الله تعالى لأمرتُ المرأة أن تسجد لزوجها، تدرون ما يقول هذا؟ زعمَ أنه خدم مواليه أربعين سنة، حتى إذا كبر نقصوا علفهُ، وزادوا عمله، حتى إذا كان لهم عُرس أخذوا الشفار لينحروهُ» - أي أخذوا السكين ليذبحوه في حفل عرس لهم».

فأرسل إلى مواليه فقص عليهم. قالوا: صدق، والله يا رسول الله.

قال: «إن أحب أن تدعوهُ لي». فتركوه[1].

تعددت الشكوى.. والهم واحدٌ

والأعجب منه أنني عندما حاولت تجميع سمات صاحبات هذه الشكوى فوجدت هذه النتائج:

١ - أغلب الأسر مستقرة وميسورة الحال.

٢ - تبدأ جذور المشكلة عادة من بدايات العام الثاني من الزواج.

٣ - تتنوع الشكوى، ولكنها تدور حول قضية واحدة؛ ولاحظوا معي:

أ - زوجي كريم وملتزم، ولكنه لم يُسمعني ولو مرة واحدة كلمة "شكر".

ب - هل عيب عند الأزواج أن يثنوا على زوجاتهم؟

جـ - هل من المحرمات أن يقول الزوج لرفيقته: "جزاك الله خيراً"؟

---

(١) أخرجه أحمد في مسنده ١٧٣/٤ و١٨١ و٧٦/٦، نقلاً عن: قصص الحيوان في الحديث النبوي: عبد اللطيف عاشور، ٣٦ .

د - هل من الموبقات أن يربت زوجي على كَتِفي المسكينة المنهكة بعد الغداء، ويقول أمام صغاره: "تسلم الأيادي يا ست الكل"؟!

هـ - أتعب كثيرًا في شغل البيت، وأجهد نفسي في كل ما يسعد أسرتي، وأحتسب الثواب عنده سبحانه أولاً، ولكن ما يهمني ويحزنني هو أنني إذا ناقشت زوجي الحبيب، وشكوت له عدم مبالاة الأبناء بجهدي، وعدم تقديرهم لما أقوم به، وكأنني أعطيه رسالة غير مباشرة حول عدم تقديره هو لي، قال ببساطة مؤلمة: لا تتكدي على نفسك، فهذا واجبٌ عليكِ أنتِ، تتعبين كما أتعب، ولا أنتظر المقابل، وهذه سنة الحياة.

و - أحاول إسعاد زوجي العزيز وبكل الطرق، خاصة في الاهتمام بزينتي وبملبسي، وأحاول أن يدخل البيت بعد عمله اليومي المضني، فيرى مني ما يسره، ولكنه لا يعلق أبدًا على زينتي أو ملبسي؟ لقد اشتقت كثيرًا لنظرة عينيه، وهو يردد: "قمر".

وصور أخرى كثيرة سمعتها منهن، وهي تمر علينا – وعلى كل أسرة – في حياتنا العادية، وفي يومياتنا

الروتينية، ومعها هفوات كثيرة نرتكبها مع أحب الناس، وأعز الناس، وأغلبها تمر من دون قصد أو تعمد.

لقد أصبح هذا - ويا للأسف - سلوكًا يوميًا، وغدا نمطًا حياتيًا، حتى التحم بشخصياتنا، وتعايش معنا، والتصق بنا، بل أصبح وكأنه جزء منا، أو عضو من أسرنا الصغيرة، وانعكس على كل من حولنا، خاصة رفقاء دربنا: إنه عدم التقدير.

ما الآثار السلبية لهذا الهم الزوجي؟

وعند بحثي في هذه القضية الإنسانية؛ ولا أقول: الزوجية، هالني خطورة الآثار النفسية التي تنشأ عنها.

ولن أتحدث كطرف محايد فقط، بل وكعضو بارز وأصيل في "جمعية عدم تقدير الزوجات"، وسأختزل هذا الهم العام الإنساني إلى الهم الخاص بعدم تقدير الزوج لزوجته.

حيث وجدت جملة من الرسائل السلبية المحبطة والمثبطة غير المباشرة لزوجاتنا، تصل إلى عقلهن الباطن، وتخاطب اللاوعي كرد فعل لعدم تقديرنا لهن، أو بمعنى أصح: "لجليطتنا"، أو بالمعنى البلدي الدارج: "لطناشنا".

وهذه الرسائل لها أثر تراكمي، إذ بمرور الوقت تتراكم في العقل الباطن واللاوعي عندهن، ثم لا تلبث أن تفرز آثارها السلوكية المدمرة والمعوجة على شخصياتهن، وتوجه سلوكهن الاجتماعي مع الآخرين، خاصة معنا - نحن الأزواج الفضلاء.

لهذا كان من أخطر آثار هذه الرسائل السلبية تشكيل شخصياتهن وصياغتها بصورة غير سوية.

وتدبر هذه المتوالية:

"خطأ من الزوج مقصود أو غير مقصود ⇦ هم دفين عند الزوجة ⇦ رسالة نفسية سلبية في اللاوعي عندها ⇦ صياغة شخصيتها وتشكيلها ⇦ سلوكيات اجتماعية غير سوية تجاه الآخرين، خاصة زوجها».

أولاً: ما هي أقسى الرسائل السلبية لعدم تقدير الزوجة؟

١ - هذا واجبك، وهذا دورك، سواءً رضيتِ أم لم ترضيْ، أي: "عاجبك أو مش عاجبك ح تستمري".

٢ - هذا الشكر والتقدير من السفاسف والتفاهات بين الزوجين، أي: "كبري يا أم أحمد".

٣ - بصراحة، من يطلب الشكر وينتظر التقدير من

الآخرين، عليه أن يراجع إيمانه، وينقي نفسه، ويخشى على إخلاصه؛ أي: "خليها على الله".

٤ - أتطلبين مني الشكر والتقدير، وأنت في الوقت ذاته لا تقدرينني؟! أي: "واحدة بواحدة".

٥ - هناك أمور أهم من هذا التقدير، وأكبر من الشكر، وأعظم من الثناء، أي: "إحنا في إيه ولا في إيه؟!".

٦ - ما بيننا أكبر من هذا التقدير، والعشرة التي قضيناها معًا أعلى من طلب الشكر، أي: "هوه كان لسه".

٧ - الحياة ومشاغلها، وواجباتنا مع الأبناء، وأدوارنا مع الآخرين، لا تترك لنا فرصة لهذه العواطف البسيطة، أي: "هي الحكاية ناقصاكي؟!".

٨ - هذه المشاعر والعواطف تركناها منذ زمن، فما بيننا الآن أكبر دليل على التقدير، أي: "إحنا لسه ح ندلع؟! سيبك من شغل المراهقين".

أما مخاطر عدم تقدير الزوجة على المدى البعيد، فتتلخص في:

التغيرات السلوكية والشخصية التي تطرأ على الزوجة

من جراء التأثير التراكمي للرسائل السلبية على مدار الزمن.

وهذه التغيرات تظهر عليها على هيئة انفجارات غير متوقعة لأتفه الأسباب.

أو على هيئة ثورات عنيفة لأهون الأسباب.

لذا فنحن نحذر دوماً:

عزيزي الزوج، احذر الانفجارات الزوجية.

عزيزي الرجل الطيب، تجنب غضب البركان، واحذر أيضاً:

١ - **البكم الزوجي:** أي أن تصبح البيوت صامتة خرساء، وكل طرف في وادٍ، حيث يتحول البيت إلى "معهد للصم والبكم".

٢ - **الاكتئاب الزوجي:** فلا ترى الزوجة إلا وهي بوجه كله حزن وشجن عميقين، حتى إن أخفته بستارٍ من الكرامة والصبر.

٣ - **الروتينية الزوجية:** فتصاب الزوجة بعقلية الموظفة التي تؤدي عملها بروتينية، لا روح فيها.

٤ - **الآلية الزوجية:** فتصبح الحياة الزوجية آلية، ويغيب عنها سمة حب البذل، والرغبة في التجديد.

٥ - **التصحر الزوجي:** حيث تتحول الحياة الزوجية إلى صحراء جرداء، عديمة المشاعر.

٦ - **الأسرة الجليدية:** إذ تتراكم كتل الجليد العاطفي على كل شيء في البيت، وتلف الحياة الزوجية موجات من الصقيع المشاعري.

٧ - **النَّوبة الزوجية:** ونقصد بها نوبات الغضب التي تحدث على أرضية زوجية باردة مبتلة.

٨ - **"التسونامي" الزوجي:** وهو النوبة الغاضبة التي تشبه الإعصار الذي لا يبقي ولا يذر.

إذن، فلنناقش معًا أسباب عدم تقدير الزوجة؟

عندما نبحث عن أسباب هذا الهم الزوجي المتبادل، سنقسمها قسمين رئيسين:

القسم الأول: أسباب داخلية شخصية، أي تعود إلى الزوج نفسه، وأهمها:

١ - **الطبيعة الفطرية:** أي أن الزوج ليس لديه القدرة على الشكر، أو لم يتعود تقدير الآخرين عمومًا.

٢ - **ثقافة المهنة:** فهناك من أصحاب المهن من ينظر إلى أن تقدير الغير ليس واجبًا، أو لماذا التقدير أصلاً؟

فنادرًا ما تسمع كلمة "شكر" من العسكريين، أو من المسؤولين الكبار والمديرين إلا من رحم ربك.

وهناك من أصحاب المهن من تسمع منه بين كلمة وكلمة، كلمات الشكر والثناء، والابتسام، بل والانحناء، وتخيل تعاملات موظفي العلاقات العامة، خاصة في الشركات الكبرى.

٣ - **المستوى الثقافي:** فقد يتأثر الفرد بمستوى ثقافته، ومدى قراءاته وتعمقه في العلاقات الإنسانية، بحيث يدرك أهمية التقدير والشكر في هذه العلاقات.

القسم الثاني: أسباب خارجية وبيئية:

١ - **الآبائية:** وهي طبيعة وراثية عائلية، يترفع الفرد بسببها عن شكر الآخرين، ويرى ما يفعلونه واجبًا عليهم.

وذلك بحجة: "على هذا رأينا والدينا، وكانت الحياة على ما يرام".

٢ - **طبيعة النشأة الأسرية**، وما ينطبع في ذهن الزوج من خلال التربية الأسرية أو العائلية حول حقوق الزوجة وأهمية تقديرها.

فإذا سألته: لِمَ لا تثني على زوجتك؟

قال: "يا رجل، قد تفهم أم الأولاد سلوكي خطأً".

أو "أخاف أن تتعود عليه"، أو "لا تطمعهن فينا".

٣ - **العلاقة بين الزوجين**: فقد تلقي سلوكيات الزوجة بظلالها السلبية على طبيعة الزوج وشخصيته، وسلوكياته معها.

فإذا سألته: لِمَ لا تشكر أو تقدر رفيقتك؟

قال: "والله يا صديقي لم أرَ منها ما يدعوني للشكر".

أو "يا أخي، وهل قدرتني هي أو شكرتني يوماً؟!".

٤ - **ثقافة المكان**: فطبيعة الأشخاص تتأثر بالظروف المكانية والبيئية، وبالتالي تختلف علاقاتهم وسلوكياتهم الاجتماعية من مكان لآخر.

وقارن بنفسك بين سلوك البدوي الذي يعيش في الصحراء، وتحيط به الجبال والصخور والرمال مع زوجته، وسلوك الحضري الذي يعيش في المدن.



٥ - **الظـروف الاجتماعيـة،** وتـأثيـر الضغـوط الحيـاتيـة والمعيشيـة، وما يؤدي منهـا إلى قهـر للمشـاعـر، وكبت للنفوس، بل وخنق للعلاقات الإنسانية السويَّة.

وإذا نصحت زوجًا بـأن يتعود قـول: "جـزيتم خيرًا" للآخـرين عمومًا، ولـزوجته خـاصة، تجـد أن لسـان حاله يقـول: "يـا رجل، ألا تـرى مـا نحن فيه من هم بـالليل، وشقـاء بالنهار؟! نحن في مطحنـة، فلا تضيع وقتك معي في التفاهات".

ما الحل؟

أو كيف تجعلين زوجك الكريم يتقن المهارات العملية لتقديرك؟

أو كيف تجعلينه لا يمل الثناء عليك؟

وكيف تعاونينه على شكرك على كل ما تقدمينه له ولأسرتك؟

سنحاول أن نرشـد زوجـاتنـا الكريمـات إلـى منهجيـة بسيطة ذات خطـوات عمليـة، لتعين كل منهن زوجهـا الفـاضل، على أن يقدم لها ما تتمناه من شكر، وما ترغبه من تقدير، وما تحلم به من ثناء صادق.

ونـأتي إلـى الخطـوة الأولى عـزيزتـي الزوجـة، وهي أن تجلسي مع نفسك جلسة مراجعة، و:

١ - أطلقي العنان لنفسك اللوامة:

أي تَفَرَّسِي في الأسبـاب التي عـددناهـا، وركزي أكثر علـى مـا يخصـك أنتِ، وهـي الأسبـاب التـي أوجـدتهـا بسلوكك المختل مع زوجك الفاضل.

واسألي نفسك: هل أنا السبب؟

وتـأملي التـوجيهات القـرآنية الـرفيعة، الـتي تبني فينا مبـدأ "نقد الـذات" أو المراجعـة النـفسيـة، وأنه إذا أصاب المـرء مكـروه، فـعليه أن يـواجـه أخطـاءه، ولا يبـررهـا، ولا يلتمس لنفسه الأعذار، ولا يهرب من المسؤولية.

وهـذا المبدأ من أبـرز الدروس التـربوية الراقيـة، التي تعلمهـا الجيل الأول الفـريـد، عقـب مصيبـة أحـد ﴿أَوَلَمَّآ أَصَٰبَتۡكُم مُّصِيبَةٌ قَدۡ أَصَبۡتُم مِّثۡلَيۡهَا قُلۡتُمۡ أَنَّىٰ هَٰذَاۖ قُلۡ هُوَ مِنۡ عِندِ أَنفُسِكُمۡۗ إِنَّ ٱللَّهَ عَلَىٰ كُلِّ شَيۡءٖ قَدِيرٞ﴾ (آل عمران: ١٦٥).

فإذا عـرفتِ الأسباب، وشخّصتِ المرض، فلِمَ لا تبدئين الآن وفورًا بالخطوة الثانية، و:

٢ - كوني خولة الإيجابية:

أي بادري أنت بعلاج مشكلتك بنفسك، ولا تنتظري الحلول الخيالية البعيدة، والتي ليست بيدك، فالسماء لا تمطر حلولاً، ولا تقديرًا، ولا ثناءً.

وعليكِ أن تمتلكي فن انتزاع كلمات الشكر والتقدير، وكل الذي يسرك من الآخرين، خاصة من هذا الزوج الكريم، وذلك بأن تصممي على الحل.

وتذكري: "ما حك جلدك مثل ظفرك، فتول أنت جميع أمرك".

وسيري على خطى الرائعة المجادلة خولة بنت ثعلبة (رضوان الله عليها) عندما قالت: فخرجت إلى بعض جاراتي، فاستعرت منها ثيابها، ثم خرجت حتى جئت رسول الله (ﷺ)[1].

لقد وقفت أمام رغبات زوجها، ثم تحركت مسرعة إلى الرسول (ﷺ) لتحل مشكلتها، ولم يمنعها أي عائق.

تحركت ولم تنتظر زوجها أو غيره ليحل لها مشكلتها، بل أخذت زمام المبادرة والمبادأة في إدارة أزمتها الزوجية،

---

(١) رواه الإمام أحمد، كتاب: مسند القبائل، حديث مرفوع، ٢٦٠٥٦.

وكلها مفردات تصب في معاني الإيجابية، وعدم القعود والسلبية، وعدم استجداء مبادرات الآخرين.

وكذلك من الملاحظ أننا لم نر لزوجها أوس بن الصامت (رضي الله عنه) أي دور في إدارة الأزمة.

فتخيلي عظم الخسارة التي لم تكن لتخسرها أسرة خولة (رضي الله عنها) فقط، بل والأمة كلها، لو تقاعست وقعدت ولم تتحرك.

لهذا لا نستغرب أن يقدرها الحق سبحانه، فيبدأ السورة بقضيتها، ويجعل اسم السورة بل واسم الجزء كله، مستمداً من سلوك هذه الصحابية الجليلة، وجدالها مع الرسول (صلى الله عليه وسلم) حول مشكلتها "المجادلة".

وتلك هي الرسالة التربوية والركيزة الطيبة هنا، وهي أن البشر، كل البشر، عليهم أن يقوموا بعمل ما وبجهد ما، وذلك للحصول على ما يبغونه.

وهذا ما نسميه "بسنة الجهد البشري".

وهي قاعدة على الإنسان أن يجعلها شعارًا له، وهي: "افعل ما لو عمَّ لصلح".

فإذا استشعرت مسؤوليتك الفردية، وبادرت بما

يخصك من علاج لهمك الدفين، فإن أولى درجات الإصلاح هي أن تواصلي جهودك بتنفيذ الخطوة الثالثة.

٣ - افتحي أبوابك يفتح أبوابه:

أي لا تصدي مجاملاته اللطيفة.

فقد يكون هذا الزوج الحبيب قد حاول مرة – وقد تكون منذ سنوات – أن يثني عليك بكلمة حانية، أو ربتة لطيفة، فما كان منك إلا أن نظرت إليه بخبث أنثوي، وذكاء نسائي، وشك حريمي، لتحاولي قراءة ما وراء هذه اللفتة البريئة منه، فقلتِ: "ماذا وراء هذه المجاملة؟".

فما كان منه إلا أن تغيرت ملامحه، وارتد القهقرى، وجلس على أقرب أريكة، وتمتم في نفسه: "يا ستير، لا فائدة، إذا تكلمتُ شكَّت، وإذا صمتُّ اشتكت، فلكِ عليَّ عهد أن ألتزم السلامة، فسأخرس للأبد يا عزيزتي، تبت إلى الله، وندمت على ما فعلت، وعزمت على ألا أعود إليها أبدًا".

فإذا سمعت منه مرة هذه اللمسات الرقيقة، فنرجو أن تأخذيها على ظاهرها، وابتعدي تمامًا عن التأويل، وتجنبي نهائيًا أسلوب الصد.

وحتى إن شككتِ في أنه يكذب عليكِ، فتذكري هذه اللمسة من الحبيب الرقيق (ﷺ): فعن حميد بن عبد الرحمن بن عوف، أن أم كلثوم بنت عقبة بن أبي معيط، وكانت من المهاجرات الأوليات اللاتي بايعن النبي (ﷺ)، أخبرته أنها سمعت رسول الله (ﷺ)، وهو يقول: «ليس الكذاب الذي يصلح بين الناس، ويقول خيرًا وينمي خيرًا».

قال ابن شهاب: ولم أسمعه يرخص في شيء مما يقول الناس كذب، إلا في ثلاث: الحرب، والإصلاح بين الناس، وحديث الرجل امرأته، وحديث المرأة زوجها[1].

فليكن هذا من الكذب المسموح على أسوأ الاحتمالات، فتقبليه ولو من باب الطاعة للحبيب (ﷺ)، وليكن من باب الرفق بهذا الزوج الكريم الطيب.

فإذا تقبلت هذه اللمسة الزوجية الحانية، في نفسك المؤمنة الشفافة، وأظهرتِ سرورًا على قسمات وجهك الكريم، ورقة في ربتة لطيفة على كتفه، وقبلة حانية على

---

(١) صحيح مسلم، جزء٤، صفحة ٢٠١١، برقم ٢٠٦٥، وأورده البخاري في الأدب المفرد.

خده، وبادلته لمسة بلمسة، فثقي بأنك قد فتحت بابًا رائعًا ورقيقًا في التقدير والعرفان، والشكر للمساته اللطيفة، فشجعت هذا الرفيق الحنون على أن يواصل مسلسل لمساته التي تسرك.

بل وننصحك بأن ترتقي درجة أسمى أو مهارة أخرى، وهي الخطوة الرابعة من مهارات انتزاع التقدير من زوجك الكريم.

٤ - ادفعي بالتي هي أحسن:

أي أرغمي زوجك الحبيب على شكركِ والثناء عليك، ونحن نستعمل ألفاظ "انتزاع" و"أرغمي"، ليس بمعنى العنف والقوة، بل بمعنى أنه حق من حقوقك الخاصة، وطموح من طموحاتك الكبيرة، التي تستحق منك التصميم والجدية؛ حتى لا ينافسك فيه أحد غيرك.

فاستعيدي فنونك الزوجية، ولمساتك التربوية، ومهاراتك في العلاقات الإنسانية الحميمية، وقدمي التي هي أحسن من اللمسات، ومن المجاملات، ومن الكلمات، ومن النظرات، ومن التقديرات، ومن الأكلات، ومن المشروبات، ومن الجلسات، و.... و....

اجعلي شعار علاقاتك مع زوجك خاصة، ثم مع أبنائك، ومع كل من تحبين؛ بل ومع الخلائق جميعًا: ﴿وَلَا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ﴾ (فصلت: ٣٤).

نعم، فحتى في عبادتنا وقربنا من الله (عز وجل) يجب أن نقدم وندفع بكل ما هو أحسن، فلا تنتظري مبادرة زوجك، ولا تتسولي الشكر، بل تقدمي خطوة يتقدم خطوات، وقدريه مرة يقدرك مرات، وتأملي هذا الحديث القدسي: «وإن تقرب إليَّ شبرًا تقربت إليه ذراعًا، وإن تقرب إليَّ ذراعًا تقربت إليه باعًا، وإن أتاني يمشي أتيته هرولة»(١).

فإذا تقدمت بخطواتك التقديرية، ورأيت ثمارها، فاستعدي جيدًا للخطوة الخامسة، وادفعي بأجمل النظرات، وبأحسن اللمسات، وبأعذب الابتسامات في أرق الجلسات. و:

٥ - تحدي الصمت الزوجي:

ونقصد أن تبادري بذكاء، فتقطعي حبال الصمت

---

(١) متفق عليه، واللفظ في صحيح البخاري، جزء٦، صفحة ٢٦٩٤ .

بينكما، وتسألي هذا الصامت الصابر بحكمة.

وتأملي كيف سألت عائشة (رضي الله عنها) حبيبها (ﷺ)، قالت: قلت: يا رسول الله، كيف حبك لي؟

قال: كعقدة الحبل.

فكنت أقول: كيف العقدة يا رسول الله؟

قال: فيقول: «هي على حالها»[1].

وأن تحاوريه فتسأليه: ما رأيك فيَّ..؟

وسيكون رده بعونه تعالى على أحد ثلاث:

(١) الإعجاب والرضا، فيقول: جميل، أو رائع، أو جيد، أو ممتاز.

وهنا ستصرخين بدهشة: يا الله، لقد افتقدت هذه الكلمات السحرية، التي طالما أسمعتنيها، ولكن الحياة ومشاغلها أنستنا أنفسنا، وشغلتنا عن بعضنا، فأرجوك لا تبخل عليَّ بهذا الوقود الودود الرقيق، خاصة أمام الأبناء؛ حتى يتعودوا شكرنا وتقديرنا، وأعاهدك أنني سأسرف، كما عهدتني، في شكرك وتقديرك أمامهم، فهم قد كبروا، ويقلدوننا في كل شيء، فلنحرص على توجيههم

(١) حلية الأولياء، جزء٢، صفحة ٤٤

إلى قيمنا، بهذا السلوك التربوي الذي قرأت عنه.

(٢) عدم الرضا والنقد، فيقول: كان ينقصه كذا، وكذا، أو به كذا وكذا.

وهنا لا تفوتي الفرصة، وقولي بلطف: معذرة على قلة معرفتي، فهلا عاونتني برأيك وملاحظاتك، وما تتمناه حتى يرضيك، وأرجو ألا تبخل عليَّ بأي توجيهات، حتى أسمع منك وعن قريب، إن شاء الله، كلمات الشكر والتقدير، مثل: رائع، وممتاز، وجزاك الله خيراً.

(٣) الاستغراب، فيقول: يا الله، هل رأيي يهمك؟

وهنا شجعيه على عدم التراجع إلى مواقع الخرس الزوجي والصمت الأسري، بأن تقولي: وهل هناك أفضل من رأيك؟ وهل هناك من يهمه أمري مثلك؟ وهل هناك من نصحته في هذا البيت ولم يتقبل نصائحك وملاحظاتك؟ خاصة وأننا في حاجة ماسة ودائمة إلى كلمة منك تسرنا، ولمسة منك ترفعنا إلى السماء، ونظرة تقدير تدعمنا وتحفزنا لكل ما هو مفيد لأسرتنا الجميلة الصغيرة. وهكذا عليك بالحفاظ على فتيل اشتعال مصباح الكلام والحوار.



وتخلصي نهائيًا من "الدراما الأسرية الخالدة"، وهي "أبو الهول يسكن بيتنا".

فإذا أفلحت في كسر هذا الصمت الزوجي المميت نفسيًا، فعليكِ الانتقال إلى الخطوة السادسة، وهي خطوة لازمة للارتقاء الحواري، وتجديد جلستكما الودود.

٦ - انشروا الرباعية الذهبية للعلاقات الإنسانية:

وهي أن تبدعي في مشروع ملصقات تذكر بسلوك الأسبوع أو الشهر، فتقترحي عليه أن تبدآ معًا، وبمشاركة الأبناء، في اختيار سلسلة من التوجيهات التربوية يلتزم بها الجميع في علاقاتهم بعضهم ببعض داخل الأسرة، وخارج المنزل مع الآخرين، بل مع الخلائق جميعًا.

وكذلك أن تطلبي في جلسة أسرية ودية أن تنشروا "الرباعية الذهبية للعلاقات الإنسانية".

وهي التي تجعلنا نتقن فن تقدير الآخرين بطريقة عملية، وبالتدريج وبمراحل أسبوعية أو شهرية، فارفعوا كل أسبوع أو كل شهر ملصقًا يبين قاعدة من هذه القواعد:

القاعدة الذهبية الأولى: جزاك الله خيراً:

وهي أن نتعود دومًا هذه الكلمات البسيطة في علاقاتنا الأسرية والإنسانية: «من صُنع إليه معروف، فقال لفاعله: جزاك الله خيرًا، فقد أبلغ في الثناء»[١].

القاعدة الثانية: من سيلتزم بالشرط؟

وهو الشرط الذي يربط بين طاعتنا لله سبحانه وإحساننا للناس.

أو القاعدة التي تقرر أن الله سبحانه لا يقبل شكر العبد على إحسانه إليه، إذا كان العبد لا يشكر إحسان الناس: «لا يشكر الله من لا يشكر الناس»[٢]، هكذا الشرط، وواحدة بواحدة.

القاعدة الثالثة: من هو ذو الفضل؟

ونقصد بذوي الفضل، الذين يعرفون لذوي الفضل فضلهم، فلنتنافس جميعًا لنكون منهم.

---

(١) سنن الترمذي، جزء٤، صفحة ٣٨٠، برقم ٢٠٣٥، قال أبو عيسى: هذا حديث حسن جيد غريب لا نعرفه إلا من حديث أسامة بن زيد، إلا من هذا الوجه، قد روي عن أبي هريرة عن النبي (ﷺ) بمثله، وسألت محمداً فلم يعرفه، قال الشيخ الألباني: صحيح.

(٢) أخرجه البخاري في الأدب المفرد، وسنن أبي داود، جزء٢، صفحة ٦٧١، برقم ٤٨١١، قال الشيخ الألباني: صحيح.



عن أنس بن مالك قال: بينما رسول الله (ﷺ) جالس في المسجد، وقد أطاف به أصحابه، إذ أقبل علي بن أبي طالب (رضي الله عنه)، فوقف، فسلم، ثم نظر مجلسًا يشبهه، فنظر رسول الله (ﷺ) في وجوه أصحابه، أيهم يوسع له، وكان أبو بكر جالسًا عن يمين رسول الله (ﷺ)، فتزحزح له عن مجلسه، وقال: ههنا يا أبا الحسن، فجلس بين النبي (ﷺ) وأبي بكر، قال أنس: فرأيت السرور في وجه رسول الله (ﷺ)، ثم أقبل على أبي بكر، فقال: «يا أبا بكر، إنما يعرف الفضل لأهل الفضل ذوو الفضل»[1].

إنها قاعدة إنسانية عامة، يدشنها الحبيب الرءوف الرحيم (ﷺ)، وهي أن لمسة التقدير لكل صاحب تاريخ في العطاء، ولكل من أنجز عملاً متميزًا، وبذل جهدًا ملموسًا في أي حقل، هو من القواعد والأسس التي عليها قامت العلاقات الإنسانية الرفيعة، بل إن هذا التقدير، وتقديم الشكر هو من السنن الإلهية، التي بتضييعها يحدث الخلل المعنوي والمادي ليس في عالم الأحياء فقط، بل في ميزان هذا الكون الكبير، وهو من أهم الاحتياجات

(١) مسند الشهاب، جزء٢، صفحة ١٩١، ١١٦٤ .

النفسية عند البشر، وهو أيضًا من أروع الطرق الإنسانية وأيسرها لكي تحبب الناس إليك، لذا "أسبغ التقدير المخلص على الشخص الآخر، واجعله يشعر بأهميته"(١).

القاعدة الذهبية الرابعة: من سيمسح دموع البعير؟

وهي القاعدة التي توجب علينا أن ننشر عبير تقديرنا ليشمل كل الخلائق، وأن نتعود الرفق بكل الأحياء، فلا ننكر فضل من عايشنا، ولا نبخس جهود من خدمنا، وتأمل قصة البعير المسكين، الذي شكا إلى الحبيب (ﷺ).

والآن، أنتِ على مفترق طرق، فإذا ارتقيتِ بنفسك وبزوجك وبأسرتك، في اكتساب خلق التقدير والشكر، فجزيتِ خيرًا على هذه السنة الحسنة التي نشرتِها، وعلى إيجابيتك، ولتستمتعي بثمارها عليك، وعلى أسرتكِ، بل ومع كل الناس والخلائق.

وإذا تقاعست عن مشروعك التربوي، فما عليكِ إلا أن تلتزمي بالخطوة السابعة، وهي خطوة تخص القاعدات السلبيات، والنائحات على حظوظهن،

---

(١) كيف تكسب الأصدقاء وتؤثر في الناس؟ ديل كارنيجي١٠٢ - ١٢٠ بتصرف.

والشاكيات من سلوك أزواجهن، والباكيات من أفعال أولادهن، واليائسات من التغيير، والمستسلمات لهمومهن.

وننصحك بأن تجلسي على كرسي مريح، وفي ركن منزو، ويدك على خدك، وتنظري بأسى إلى زوجك الصامت الغامض.

٧ - كوني خير النساء:

وذلك بأن تصبري، وتتعايشي، وتتكيفي مع همك، وأن تستسلمي لظروفك، وأن ترضي بنصيبك، وتتحملي زوجك الفاضل وتتقبليه بسماته، وبذلك لن يضيع منكِ ثواب الصبر وعظم ثوابه، ولن تفقدي بركة طاعة الله (عز وجل) في زوجك، بحسن تبعلك. قيل لرسول الله (ﷺ): أي النساء خير؟ قال: «التي تسره إذا نظر، وتطيعه إذا أمر، ولا تخالفه في نفسها ومالها بما يكره»[1].

فهذا آخر خطوطك الدفاعية ضد هذا الهم الأسري، وهو أضعف الإيمان، ولا تنسي أن تنظري إلى الجهة الأخرى من الشاطئ.

---

(١) سنن النسائي، جزء٦، ص ٦٨ برقم ٣٢٣١، قال الشيخ الألباني: حسن صحيح.

وإلى هذه النصيحة من الحبيب (ﷺ) للزوجين: «لا يفرك - أي لا يبغض - مؤمن مؤمنة، إن كره منها خلقًا رضي منها آخر، أو قال غيره»[1]، فابحثي عن مميزات أخرى في زوجك، فلعلها تشفع له في هذه الهنَّات التي تشبه البقعة السوداء في ثوبه الأبيض الناصع؟ ثم لا تنسي هذا الحصن الشديد، وهي الخطوة المباركة التي تظلل كل خطواتك السابقة، فلا تتركيها، ولا تتخلي عنها، وهي التي ستحققينها من خلال الالتزام بهذا السلاح الرباني، و:

٨ - أرسلي سهام الليل:

وهو السلاح الذي سيفيدك، سواءً كنت من الإيجابيات، ونجحتِ في مشروعك التربوي، أو استنفدت كل الأسباب الأرضية، ولم تفلحي، وحينئذ ثقي بأن الله سيعينك، ويهدي إليك زوجك الكريم، إذا رأى منكِ نية خالصة للإصلاح ورغبة في التعايش والرضا بقضائه وقدره، فتوجهي بركعتين في جوف الليل، وأرسلي سهام الليل التي لا تخطئ.

(١) صحيح مسلم، جزء٢، صفحة ١٠٩١، برقم ١٤٦٩ .

واطلبي دومًا العون الإلهي: ﴿رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَآ إِن نَّسِينَآ أَوْ أَخْطَأْنَاۚ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَآ إِصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُۥ عَلَى ٱلَّذِينَ مِن قَبْلِنَاۚ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِۦۖ وَٱعْفُ عَنَّا وَٱغْفِرْ لَنَا وَٱرْحَمْنَآۚ أَنتَ مَوْلَىٰنَا فَٱنصُرْنَا عَلَى ٱلْقَوْمِ ٱلْكَٰفِرِينَ﴾ (البقرة: ٢٨٦).



(٥) زوجي الحبيب يخاصم مظهره



(إني لأحب أن أتزين للمرأة، كما أحب أن تتزين لي المرأة؛ لأن الله يقول: ﴿وَلَهُنَّ مِثْلُ ٱلَّذِى عَلَيْهِنَّ بِٱلْمَعْرُوفِ﴾ (البقرة: ٢٢٨)[١][٢].

معانٍ طيبات معبراتٌ رقيقاتٌ، قرأتها ذات يوم عن حبر الأمة وترجمان القرآن **عبد الله بن عباس** (رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا).

وتذكرتها وأنا أستمع إلى شكاوى الزوجات الفضليات، وهن يفضفضن بهمهن الخامس العجيب والغريب والمزعج!!

خطرٌ خبيث

إنه همٌّ عجيبٌ يبلغ من القسوة والخطورة درجة أنه قد يهدد بيوتنا من أساسها، ويكون عاملاً من عوامل الفراق والشقاق.

---

(١) سنن البيهقي الكبرى، جزء ٧، ص ٢٩٥، برقم ١٤٥٠٥ .

(٢) مختصر ابن كثير، جزء ١، ص ١٥٨، تفسير آية البقرة ٢٢٨ .



وهو غريبٌ؛ لأنه أصبح يعشش في الكثير من البيوتات المسلمة، خاصة بيوت الملتزمين والملتزمات، بل وبعض بيوت الدعاة، الذين تمتلئ الفضائيات بأحاديثهم الرائعة والرقيقة، وتهتز من تحتهم المنابر كل جمعة حول حقوق العباد على العباد، وتفيض المجلات والصحف بمقالاتهم المدبجة بالنصائح، والمفعمة بالود والرقة والعذوبة!!

وهو مزعجٌ لسببين رئيسين:

الأول: لأنه أمر لا يصح الشكوى منه، فالزوجة قد تحاول - حياءً - التغطية على السبب الحقيقي لألمها وحزنها، فتتحجج بأي سببٍ آخر، فتعلن أن سبب همها هو صراخ الصغير، أو عدم مذاكرة الكبير، أو... أو...

وتدور في حلقة مفرغة متجاهلة السبب والعلة!

الثاني: أنه سلوك لا يصح أن يلاصق الإنسان، فما بالك بالمسلم، بل والأخطر أن يرافق الملتزمين؟!

وهو خطر خبيث؛ لأننا معاشر الرجال نجهله؟!

فإذا سألت أحد الرجال عن سلوكه الذي سبَّب هذا الهم النسوي، كان رده الغريب: (والله يا شيخ راحت عن بالي هذه الأمور)!!

فأفتح فمي، ولسان حالي يقول: (يا رجل!!).

وهو خبيثٌ إذن؛ لأننا نتجاهله، بل ونسقطه من حساباتنا، فيردد بعضنا بكياسة، وثقل الواثق: (إحنا يا حبيبي كبرنا على هذه الصغائر!!!).

أو يردد الآخر بعدم اكتراث: (هو ده اللي شاغل حريمنا، وشاغلك معهن يا مسكين!).

فأقول في نفسي، والحسرة تعتصرني: (هل حقًا أنا المسكين؟!).

تأملوا معي بعض شكاوى النساء من هذا الهم الخبيث والطريف..

١ - لا أدري كيف أصف حالتي مع زوجي الطيب، فهو يجذبني بطيب كلامه وحسن عشرته، ولكنه يجبرني على تجنبه؛ فرائحة عرقه لا تتخيلها، ولا أستطيع وصفها.

٢ - كم من مرة أحاول إرضاء زوجي، ولا أطيق، بل لا تطاوعني نفسي على مواجهته؛ لأنني أخاف أن أوذيه، أو أجرح شعوره، ولكنه عندما يقبلني أحاول أن أصرخ وأكتم أنفاسي من رائحة فمه الكريهة.

٣ - زوجي لا يحلق ذقنه إلا في المناسبات، وهذا ليس تأسيًا بإعفاء اللحية، ولكنه الكسل وعدم الاكتراث بمظهره أو بشعور من يعاشرهم.

كيف أنصحه، بأن يرحمني، ويرحم نفسه؛ فيحلقها أو يفعلها ويعفيها فيكسب الثواب والأجر؟!

٤ - زوجي الحبيب لا يهتم بمظهره، ولا بتهذيب شعره، ولا بتناسق ملبسه، بل لا يهمه تلك الفوضى اللونية، وعدم تناسق ألوان ملابسه.

٥ - زوجي الفاضل يجلس بين أولاده في وضع أحسبه - وهو القدوة للكثير من تلامذته ومحبيه وأبنائه - غير لائق.

فتراه داخل بيته لا يهتم بنظافته ولا بتهذيب شعره، بل ويجلس بملابسه الداخلية بينهم.

٦ - هل أنا تافهة؛ إذا أهمني مظهر زوجي المحترم خاصة داخل بيته؟!

٧ - هل يعيب السيدة الملتزمة، زوجة الداعية الشهير، أن يؤلمها عدم اهتمامه بمظهره وبملبسه، خاصة في بيته، والأخص بل والأخطر في غرفة نومهما.

٨ - هل يصح على رجل ذي مركز اجتماعي محترم، ويعتبر من الشخصيات العامة - أن يتحدث إلى الناس بفم ذي أسنان صفراء، تفوح منه روائح ليست كريمة.

فما بالكم إذا كان زوجي الفاضل داعية وقدوة ويتعامل مع محبيه عن قرب؟!

ولا أبالغ إذا أضفت أن هذا العيب أصبح همًا أعانيه وأكتمه في صدري خشية الإحراج.

هل هن تافهات حقًا؟! وهل ما يشكين منه أمر تافه؟

ترى ما هذا الذي يحدث في بيوتنا؟!

فالبشر هم البشر!

والنفس الإنسانية هي النفس الإنسانية.

فنحن نعارض ما بداخلنا وما فيه من أمور نحبها، وما به من أشياء نرغبها ونتمناها، ثم نظهر للناس أمورًا نكرهها ونرفضها!

فإلى متى الهروب، وديننا دين الواقعية؟!

واستمع إلى هذا التصحيح القرآني للحبيب (ﷺ)؛ عندما استعظم أمر زواجه من زينب التي كانت زوجة

لمتبناه زيد (رضي الله عنه)؛ حرجًا من التقاليد الاجتماعية، فقال له ربه (سبحانه وتعالى): ﴿وَتُخْفِي فِي نَفْسِكَ مَا اللَّهُ مُبْدِيهِ وَتَخْشَى النَّاسَ وَاللَّهُ أَحَقُّ أَن تَخْشَاهُ﴾ (الأحزاب: ٣٧)، فالتقاليد الاجتماعية أعمق أثرًا في النفوس، ولابد لتغيير ما لا يصح منها من سوابق عملية مضادة، ولابد أن تستقبل هذه السوابق أول أمرها بالاستنكار، وأن تكون شديدة الوقع على الكثيرين.

لقد ألهم الله نبيه (صلى الله عليه وسلم) أن زيدًا سيطلق زينب، وأنه هو سيتزوجها، للحكمة التي قضى الله بها، وكانت العلاقات بين زيد وزينب (رضي الله عنهما) قد اضطربت، وصارت توحي بأن حياتهما لن تستقيم طويلاً.

فقد جاء زيد مرة بعد مرة يشكو إلى رسول الله (صلى الله عليه وسلم) اضطراب حياته مع زينب، وعدم استطاعته الاستمرار معها، والرسول (صلى الله عليه وسلم)، على شجاعته في مواجهة قومه في أمر العقيدة دون تلعثم أو خشية، يحس بثقل التبعة فيما ألهمه الله من أمر زينب، ويتردد في مواجهة القوم بتحطيم ذلك التقليد العميق، فيقول لزيد - الذي أنعم الله عليه بالإسلام، وبالقرب من رسوله وبحبه (صلى الله عليه وسلم) له، والذي أنعم عليه الرسول (صلى الله عليه وسلم) بالعتق والتربية والحب -

يقول له: ﴿أَمْسِكْ عَلَيْكَ زَوْجَكَ وَٱتَّقِ ٱللَّهَ﴾ (الأحزاب: ٣٧)، ويؤخر بهذا مواجهة الأمر العظيم الذي يتردد في الخروج به على الناس)[١].

وتعالوا إلى بعض تعليقات كل من يهرب مما يحبه، ويخفي ما يوده؛ ليظهر ما يكرهه؛ خشية من الناس:

١ - **فقد يقول قائل:** هل هذه قضايا تشغلون أنفسكم وتشغلوننا معكم بها؟!

وهل هذا عيب؛ ألم يقرءوا ما أوردناه عن ابن عباس (رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا) في بداية حديثنا؟!

بل وما سيقرءونه عن سلوكيات الحبيب (ﷺ) داخل بيته الكريم؟!

قد يقول البعض متعجبين: المسلمون يموتون ويقتلون في كل مكان، وأنتم تهتمون بسفاسف المشاكل والأمور؟

ولهؤلاء أقول:

يا أحباب، إن أي خلل في الجبهة الداخلية، ونقصد به البيت، والعلاقات بين الزوجين - في عرف الصحابة -

---

(١) في ظلال القرآن: سيد قطب، تفسير آية الأحزاب (٣٧).

أعظم وأخطر أثرًا من الخطر الخارجي.

ولنتدبر القصة التي رواها الفاروق (رضوان الله عليه): وكنا تحدثنا أن غسان تنعل النعال لغزونا، فنزل صاحبي يوم نوبته، فرجع عشاءً فضرب بابي ضربًا شديدًا.

وقال: أنائم هو؟!

ففزعت فخرجت إليه.

وقال: حدث أمرٌ عظيم.

قلت: ما هو أجاءت غسَّان؟!

قال: لا، بل أعظم منه وأطول - وفي رواية أهول - طلق رسول الله (ﷺ) نساءه.

قال: قد خابت حفصة وخسرت، كنت أظنُّ أن هذا يوشك أن يكون»(١).

فتأمل هذا الصحابي الجليل - وهو الجندي المجهول الذي لا يذكر الحديث اسمه - وهو يعود هلعًا إلى صاحبه عمر (رضي الله عنهما)، أثناء نوبته لمتابعة آخر أخبار

---

(١) رواه البخاري، كتاب المظالم والغصب، ٢٢٨٨، ورواه مسلم، كتاب الطلاق ٢٧٠٧، والترمذي، تفسير القرآن ٣٢٤٠، ورواه أحمد، مسند العشرة المبشرين بالجنة ٢١٧ .

الوحي، فيضرب بابه ضربًا شديدًا، ثم يستغرب نوم عمر (رضي الله عنه)، والكارثة تكاد تطيح بهم جميعًا (رضوان الله عليهم).

لقد أدرك بميزانه الراقي لأولويات الخطر أن أي خطر يمس بيته (صلى الله عليه وسلم)، لهو أهول وأعظم، وأطول من أي خطر لغزو خارجي.

وهي رسالة عظيمة ودرس تربوي: أن الجبهة الداخلية للدعاة خاصة، والمسلمين عامة، تأتي في مقدمة سلم أولويات العمل والبناء، وتصبح أخطر من الغزو الخارجي.

ما الآثار السلبية لهذا الهم الزوجي؟!

هذه الآثار، كما أوضحنا، تأتي نتيجة لجملة من الرسائل السلبية المحبطة والمثبطة غير المباشرة لزوجاتنا - بل ولكل المحيطين بنا - والتي تصل إلى عقلهن الباطن، وتخاطب اللاوعي؛ جراء إهمالنا لمظهرنا وعدم الحرص على ضرورة أن يرين منا ما يسرهن، وما يملأ عيونهن.

وهذه الرسائل السلبية لها أثر تراكمي؛ إذ بمرور الوقت تتراكم في العقل الباطن واللاوعي عندهن، ثم لا



تلبث أن تفرز آثارها السلوكية المدمرة على شخصياتهن، وتوجه سلوكهن الاجتماعي مع الآخرين، خاصة معنا نحن الأزواج الفضلاء!

ولنعاود التأمل في هذه المتوالية:

(سلوك سلبي من الزوج مقصود أو غير مقصود ⇦ هم دفين عند الزوجة ⇦ رسالة نفسية سلبية في اللاوعي عندها ⇦ صياغة شخصيتها ⇦ سلوكيات اجتماعية غير سوية تجاه الآخرين، خاصة زوجها).

أما أقسى الرسائل السلبية لهذا السلوك، والتي يضاعف الشيطان وطأتها على نفس الزوجة، فهي:

١ - ترى لو طلبه مديره؛ هل كان سيقابله بهذه الهيئة؟!
لو كان يحترمني حقًا لاهتم بنفسه.

٢ - لقد كان في أول زواجنا، يهتم كثيرًا بنفسه.
فما الذي أصابه، أو أصابني أنا، أو أصابنا جميعًا؟!

٣ - كم كانت أيامًا جميلة، وذكريات سعيدة تلك التي كنت فيها أراه أجمل مخلوق في الوجود!
فلِمَ يتركني أتجرع حسرتي على الأيام الخوالي؟!

٤ - هل كان تزينه لي لأنني كنت عزيزة وغالية عليه!

وهل أصبحت الآن ضئيلة في عينيه، ورخيصة في نظره؟!

٥ ـ هل كان تزينه لي لأنني كنت مطلوبة ومرغوبة؟!
أتراني قد غدوت غير مطلوبة ولا مرغوبة؟!

٦ ـ ونأتي إلى أخطر الرسائل، وهي أن تحدث الزوجة نفسها عند رؤية الحبيب الغالي، بلقب بغيض مكتوم قد يظهر علانية من خلال سقطات كلماتها مع أمها وأبنائها، بل ومع صويحباتها، فتردد (القنفذ وصل!!!).

ولا تستغربوا، فقد كتبت إليَّ إحداهن رسالة مريرة حول همها؛ فلخصته تحت عنوان (**القنفذ... يسكن بيتنا!**).

بل ومن أطرف التعليقات التي سمعتها وأغربها: (زوجي الحبيب... يخاصم مظهره، ويعادي منظره).

ثانياً: ما الحصاد المر للرسائل الإبليسية السلبية؟

١ ـ الحزن الدفين دون تفسير.

٢ ـ انطفاء نضرة الوجه.

٣ ـ الشك وعدم الثقة في الزوج.

٤ ـ عدم الثقة بالنفس.

٥ ـ الإهمال المتبادل، وكأنها رسائل للزوج.

٦ ـ الجفاء الأسري.

٧ ـ زوغان الأبصار.

٨ ـ شروخ وتصدع في العلاقة الزوجية.

٩ ـ بغض العلاقات الخاصة الحميمية.

وقد يظهر هذا البغض في صورة صداع وقيء وغثيان، تجنبًا لهذه الأوقات الخاصة.

١٠ ـ التوارث البغيض، ونقصد به انعكاس هذا السلوك على الأبناء؛ فينشؤون على طباع الأب، وعلى حزن الأم وصمتها.

ولكن.. لماذا يهمل الزوج مظهره؟

لهذا الإهمال أسباب تنقسم إلى قسمين رئيسين:

القسم الأول: أسباب داخلية شخصية:

أي تعود إلى الزوج نفسه:

١ ـ **طبيعة فطرية:** أي أنه من طبيعته عدم الاهتمام بما يلبس أو بمظهره الاجتماعي.

٢ ـ **طبيعة المهنة:** فهناك من أصحاب المهن من يعمل طوال اليوم بين ما يلوث يديه وملابسه؛ فيأتي إلى

البيت فيكسل عن الاغتسال من فرط التعب، مرة تلو المرة؛ فتصبح طبيعة شخصية.

٣ - **المستوى الثقافي:** فقد يتأثر الفرد بمستوى ثقافته وقراءاته في العلاقات الإنسانية في إدراكه لأهم ركائز حسن العلاقات، وهو ضرورة المظهر الحسن.

القسم الثاني: أسباب خارجية وبيئية:

١ - **الآبائية:** أي طبيعة وراثية عائلية.

وذلك بحجة (لقد كان أبي بهذا المظهر).

٢ - **طبيعة الزوجة:** فقد تلقي سلوكيات الزوجة، وعدم اهتمامها بمظهرها بظلالها السلبية على طبيعة الزوج وشخصيته، وسلوكياته معها.

فتسأله: لِمَا لا تهتم بمظهرك؛ خاصة أمام زوجتك وداخل بيتك؟!

فيقول: (والله يا صديقي؛ لم أرَ منها ما يدعوني لهذا الاهتمام).

أو (يا أخي؛ وهل هي اهتمت بنفسها يومًا؟!).

أو (يا صديقي؛ إنها رسالة تمرد وعناد ضد إهمالها لنفسها ولي؟!).

٤ - **الظروف الاجتماعية،** وتأثير الضغوط الحياتية والمعيشية، مما يؤدي إلى قهر للمشاعر، وإهمال لكل شيء بما في ذلك المظهر، بل وخنق للعلاقات الإنسانية السوية.

والآن، أسألك: كيف تجعلين زوجك الكريم يتقن المهارات العملية للاهتمام بمظهره؟!

أو كيف تجعلينه يجيد فنون المحافظة على منظره؟!

الخطوة الأولى: تذكري القاعدة القرآنية: ﴿قُلْ هُوَ مِنْ عِندِ أَنفُسِكُمْ﴾ (آل عمران: ١٦٥)

فالمطلوب منك الآن أن تجلسي مع نفسك جلسة مراجعة، وتسأليها: ما دوري الآن؟!

ثم أن تلقي نظرة على الأسباب، وتركزي أولاً على الخلل الذي يأتي من قبلك، وما أنتِ سبب فيه، فقد يكون سلوك هذا الزوج الكريم - كما أوضحنا - مجرد رسالة رفض، وحركة تمرد ضد سلوكك أنتِ معه.

فإذا كنت صريحة مع نفسك واكتشفت الخلل الخاص بكِ؛ فتشجعي ونفذي:

الخطوة الثانية: حاوري الصدوقة:

وهو أن تقومي الآن وعلى الفور، وتتأملي ما تخبرك به مرآتك التي لن تكذب عليك أو تنافقك.. واسأليها:

١ - هل هيئتي هذه ترضي زوجي الحبيب العائد متعبًا إلى سكنه؟!

٢ - هل مظهري هذا يملأ عينيه ويغض به بصره عن الأخريات المتطفلات؟!

٣ - هل رائحتي الآن إذا شمها زوجي الطيب سيقبل عليَّ مسرورًا أم سيتجنبني صابرًا، ويبتعد صامتًا؛ حتى لا يجرح شعوري، وهو يحتسب نصيبه وقدره؟!

٤ - هل رائحة فمي جاذبة للحبيب أم طاردة؟!

٥ - هل لون أسناني يرضيه أم يسوؤه؟!

٦ - هل هناك من أشياء أخرى أحزنتني من زوجي الفاضل الصابر، وجعلتني أداوم على الشكوى منها - ولو لنفسي - ومع ذلك أراني الآن أفعلها؟!

٧ - هل تراني قد أديت ما عليَّ - خاصة في تحسين مظهري - في ترسيخ المودة والرحمة بيني وبين زوجي الحبيب؟!

فإذا نجحت في هذه الخطوة الكاشفة، وتلقيتِ الردود التي لم تسمعيها من قبل، أو تجاهلتها، أو لم تأتِ على بالكِ، فنحن نبشركِ بأنك قد شخصت الداء، ووضعت يديك على بيت القصيد.

ونرجو أن تواصلي رقيكِ النفسي الرائع، وتواظبي على هذه الوقفة الفاحصة المتفرسة.

بل تجعليها سلوكًا مستمرًا وعادة طيبة، خاصة عند اقتراب عودة المظلوم الحبيب من عمله أو من سفره، أو عندما تأوين إلى فراشك الوردي الحالم.

ولكن... كما يقول رائد التنمية البشرية الشهير **(أنتوني روبنز)** : (ما جدوى الإلهام ما لم يتبعه سلوك؟!).

لهذا ندعوكِ أن تتشجعي وتنتقلي إلى:

الخطوة الثالثة: مراجعة القاعدة الربانية: ﴿أَتَأْمُرُونَ ٱلنَّاسَ بِٱلْبِرِّ وَتَنسَوْنَ أَنفُسَكُمْ﴾ (البقرة: ٤٤) .

فإذا استشعرت رهبة تسري في أوصالكِ من تذكر هذا النداء والتحذير الرباني؛ فهنالك بشرى أخرى نسوقها إليك، وهي أنكِ قد انتصرتِ في أخطر مواقعك

على إبليس اللعين الوسواس الخناس.

وهذه الإلهامات النفسية، والنفحات الربانية تحتاج منكِ إلى القفزة الأهم، وهي التنفيذ العملي لما استشعرتيه.

وتذكري دوماً:

الخطوة الرابعة: أن تطبقي القاعدة الربانية: «وإن تقرب إليَّ شبراً؛ تقربت إليه ذراعاً»[1]

وذلك بأن تتعودي الإيجابية والمبادرة، ولا تتسولي الحلول من غيرك، بل تتقدمي خطوة؛ ليتقدم هو خطوات، وتحسني من مظهرك، فقد يحسن من مظهره.

والسلوكيات كلها، سواء كانت طيبة أو غير طيبة، تنتقل بالإيحاء والتقليد والمحاكاة، في الكبار مثلهم مثل الصغار.

ولا أنسى أنه ذات يوم دخل عليَّ رجل بولده المريض أثناء مناوبتي في العيادة الخارجية، في إحدى دول الخليج، فقلت في نفسي: (كيف تتحمل زوجته المسكينة رائحته؟!).

---

(١) متفق عليه: واللفظ في صحيح البخاري، جزء ٦، ص ٢٦٩٤ .

وبعد لحظات دخلت الأم الفاضلة، فكانت المفاجأة، أنني كتمت أنفاسي، وهتفت: (يا الله؛ كيف تحمل زوجها المسكين رائحتها التي لا تطاق؟!).

فإذا وجدت من الرفيق الحبيب استجابة ومحاكاة فاحمدي ربك.

وإذا كان هناك نوع من المقاومة أو الاستمرار، من جانبه؛ فلا تيأسي، واعلمي أنها معركة من أجل توطيد العلاقة الأسرية المقدسة، وإبليس يحب كل من يصدعها، والله سبحانه يحب كل من يوثقها؛ لأنه (جل وعلا) وصفها بأنها «ميثاق غليظ».

وأحسبك تودين محبته سبحانه.

ثم لتكن قدوتك هي ضيفتنا في الخطوة القادمة؛ فنسألك:

الخطوة الخامسة: ألاَ يشغلك ما شغل عائشة (رضي الله عنها)؟:

لقد كانت تهتم بنفسها جيدًا، حتى وإن أثر ذلك على جوانب أخرى.

وذلكم لأهمية هذا الجانب وحيويته في توثيق العلاقة الزوجية.

وهو الشغل اللذيذ الحبيب.

وتدبري كلمات أبي هريرة (رضي الله عنه) في حواره المعبر: «عن عائشة أنها دعت أبا هريرة، فقالت له: يا أبا هريرة، ما هذه الأحاديث التي تبلغنا أنك تحدث بها عن النبي (صلى الله عليه وسلم)، هل سمعت إلا ما سمعنا؟ وهل رأيت إلا ما رأينا؟ قال: يا أماه، إنه كان يشغلك عن رسول الله (صلى الله عليه وسلم) المرآة والمكحلة والتصنع لرسول الله (صلى الله عليه وسلم)، وإني والله ما كان يشغلني عنه شيء»[1].

إنها مفردات المهارات الأنثوية، والتزين الرقيق، وفنون حسن التبعل التي يعرفها كل من تزوج وجرب مغزاها، واستشعر أثرها النفسي، ودورها الرائع في إدخال السرور على الزوج، وأهميتها في توطيد العلاقة الزوجية؛ إنها:

١ - المرآة.

٢ - والمكحلة.

٣ - والتصنع.

---

(١) المستدرك: جزء ٣، ص ٥٨٢، برقم ٦١٦٠، هذا حديث صحيح الإسناد ولم يخرجاه.

ثم نرتقي معك أكثر، في التركيز على هذا الجانب الخطير؛ في:

الخطوة السادسة: تطلعي إلى الثمرات المرتقبة:

وذلك بأن تطمعي في قيمة حسن التبعل وثوابه، ثم تستشعري هذه المحبة التي - وأحسبك كذلك - تستحقينها: «حبب إليَّ الطيب والنساء، وجعلت قرة عيني في الصلاة»[١].

ثم لِمَ لا تكوني هذه السيدة: «قيل لرسول الله (ﷺ): أي النساء خير؟ قال: التي تسره إذا نظر، وتطيعه إذا أمر، ولا تخالفه في نفسها، ومالها بما يكره»[٢].

تدبري هذه الوصايا المخلصة الرقيقة من أم حكيمة وخبيرة بفنون العلاقات الزوجية ومهارات حسن التبعل، إلى ابنتها: (زوَّج عوف بن محلم الشيباني، وكان سيداً مطاعًا من أشراف العرب في الجاهلية، ابنته «أم إياس»

---

(١) رواه أحمد والنسائي، وزاد ابن الجوزي بعد قوله: «حبب إلي» «من الدنيا»، ومشكاة المصابيح، جزء ٣، ص ١٤٠ برقم ٥٢٦١، ومصنف عبد الرزاق، جزء ٤، ص ٣٢١، برقم ٧٩٣٩.

(٢) سنن النسائي، جزء ٦، ص ٦٨، برقم ٣٢٣١، قال الشيخ الألباني: حسن صحيح.

من الحارث بن عمرو الكندي، فلما حملت إلى زوجها قالت لها أمها أمامة بنت الحارث: أي بنية، إن الوصية لو تركت لفضل أدب تركت لذلك منك، ولكنها تذكرة للغافل، ومعونة للعاقل، ولو أن امرأة استغنت عن الزوج لغنى أبويها وشدة حاجتهما إليها كنت أغنى الناس عنه، ولكن النساء للرجل خلقن ولهن خلق الرجال.

أي بُنيَّة؛ إنك فارقت الجو الذي منه خرجت، وخلفت العش الذي فيه درجت، إلى وكر لم تعرفيه وقرين لم تألفيه فأصبح بملكه عليك رقيبًا ومليكًا؛ فكوني له أمة يكن لك عبدًا.

يا بُنَيَّة؛ احملي عني عشر خصال تكن لك ذخراً وذكراً:

أما الأولى والثانية: فالصحبة بالقناعة، والمعاشرة بحسن السمع والطاعة.

وأما الثالثة والرابعة: فالمعاهدة لموضع عينيه والتفقد لموضع أنفه فلا تقع عيناه منك على قبيح، ولا يشم منك إلا أطيب ريح. والكحل أحسن الحسن، والماء أطيب الطيب المفقود.

وأما الخامسة والسادسة: فالتعاهد لوقت طعامه، والتفقد لحين منامه.

فإن حرارة الجوع ملهبة، وتنغيص النوم مغضبة.

وأما السابعة والثامنة: فالاحتفاظ ببيته وماله، والإرعاء على نفسه وحشمه وعياله؛ فإن الاحتفاظ بالمال من حُسن التقدير، والإرعاء على العيال والحشم من حُسن التدبير.

وأما التاسعة والعاشرة: فلا تفشي له سرًا، ولا تعصي له أمرًا؛ فإنك إن أفشيت سره لم تأمني غدره، وإن عصيت أمره أوغرت صدره، ثم اتقي يا بُنَيَّة من ذلك الفرح إن كان ترحًا، والاكتئاب عنده إن كان فرحًا؛ فإن الخصلة الأولى من التقصير، والثانية من التكدير، وكوني أشد ما تكونين له إعظامًا؛ يكن أشد ما يكون لك إكرامًا، وأشد ما تكونين له موافقة؛ يكن أطول ما يكون لك مرافقة، واعلمي يا بُنَيَّة، أنك لا تصلين إلى ما تحبين؛ حتى تؤثري رضاه على رضاك، وهواه على هواك، فيما أحببت وكرهت، والله يخير لك)[1].

فإذا شعرتِ أنك قد أديت ما عليكِ، وأنك قد أصلحتِ

---

(١) جمهرة خطب العرب، جزء ١، ص ١٤٥، ١٤٦ .

ما قصرتِ فيه، فما عليك إلا أن تُقيِّمي جهودك مع زوجكِ الفاضل، واسألي نفسك:

الخطوة السابعة: هل نجحت في مشروعي الاستثماري؟!:

ونحن بدورنا نسألكِ: ألم تختاري زوجكِ الكريم عن طواعية ورضاء، وربما كانت به هذه العيوب، وربما أكثر منها، وكم كنتِ ترينها حينئذ بعين الرضا، على أنها مميزات وليست عيوبًا.

وربما اكتسب غيرها، ولكن أين دوركِ وأثركِ عليه؟.

وماذا فعلتِ معها؟

يقول علماء التربية: إن ثلاثية أبرز أساليب التربية ووسائل التقويم والتأديب هي:

١ - التنظيم:

أي وضع المعايير والضوابط، ومعرفة الصواب من الخطأ.

٢ - التقليد والقدوة:

فنحن دون أن ندري نقلد ونحاكي سلوكيات من أحببناه؛ فنحب ما يحب، ونكره ما يكره.

وكل منا قدوة للآخر؛ في جوانب تميزنا عنه، وفي الوقت نفسه نقتدي به في جوانب تميزه عنا.

٣ - البرمجة والإيحاء:

أي أن هناك بعض السلوكيات التي نراها على الآخرين، وبعض الأقوال التي نسمعها منهم، وبالتكرار وطول المعايشة معهم تصبح لنا عادة، سواء كانت سلوكيات طيبة أو خبيثة، فانظري كيف فعلتِ به سواء بتقليدكِ، أو عن طريق برمجة كلماتكِ البسيطة اليومية الموحية، ولا تقولي: (لقد كبرنا، ومن شب على شيء شاب عليه)، بل اقذفي بهذه الأمثال السلبية من أقرب نافذة.

وتخيلي نفسك، وقد ظللت سنينًا عدة؛ وأنتِ تسمعين كل يوم من زوجك الطيب: (ما شاء الله عليكِ؛ لقد أعجبني فيكِ بياض أسنانكِ).

(كم أحب رائحتك بهذا العطر الجميل؛ الذي يذكرني بأيام معرفتنا).

(كم أسر لرؤية هذا الثوب الرائع عليكِ).

أو ظللتِ سنوات عديدة، وأنت ترينه يهتم بنظافة

ملبسه، وترتيب مكتبه، ورباط عنقه، و... و... ألا تتغيرين أنت أيضًا؟

وهو كذلك؛ ذلك الحبيب الذي أحبكِ، وأحب كل كلمة تقولينها، وكل سلوك يراه عليكِ؟

أتراكِ أثرتِ فيه؟!

إن أفضل طريقة هي أن تعتبري هذا الزوج الحبيب ثروة أو مشروعًا استثماريًا.

وهو ليس ككل المشاريع الاستثمارية التي تنفعكِ في حياتكِ، بل سينفعكِ بعونه تعالى في حياتكِ ومماتكِ.

وكل مشروع استثماري يحتاج إلى صيانة، وحماية، ورعاية، وتنمية، وتجديد، و....، و...

وتدبري ثمار هذا المشروع المبارك في هذا الحوار الراقي: «عن الحصين بن محصن: أن عمة له أتت النبي (ﷺ) في حاجة، ففرغت من حاجتها.

فقال لها النبي (ﷺ): أذات زوج أنت؟!

قالت: نعم.

قال: كيف أنت له؟

قالت: ما آلوه إلا ما عجزت عنه.

قال: فانظري أين أنت منه فإنما هو جنتك ونارك»[١].

فإذا سررت واستبشرتِ بالثمار المرتقبة؛ فنحن ندعوك إلى استكمال هذا الإنصاف الرائع منكِ، وأن تداومي على سلوكياتكِ الاستثمارية؛ فننصحك نصيحة المخلص:

الخطوة الثامنة: ارحمي هذا المطحون

وقبل أن نواصل الخطوات الباقية الأهم، والعملية في تغيير هذا الحبيب؛ عليكِ أولاً أن تلتمسي له أجمل الأعذار وأفضلها.

فكلما عفوتِ، زادك الله عزًا واحترامًا، ولا تسمحي لوساوس الإنس والجن بأن تزين لك بالعكس؛ لأنه «ما نقصت صدقة من مال، وما زاد الله عبدًا بعفو إلا عزًا، وما تواضع أحد لله إلا رفعه الله»[٢].

فمن عرف بالعفو والصفح ساد في الدنيا، وعظم في القلوب وزاد عزة وكرامة.

---

(١) مسند أحمد بن حنبل، جزء ٤، ص ٣٤١، برقم ١٩٠٢٥، تعليق شعيب الأرنؤوط: إسناده محتمل للتحسين، وفي مسند إسحاق بن راهويه، وقال المحقق د. عبد الغفور البلوشي: رجال الإسناد ثقات.

(٢) صحيح مسلم، جزء ٤، صفحة ٢٠٠١، برقم ٢٥٨٨ .

وكذلك حصد أجره الموعود في الآخرة.

ويحذر **الفضيل بن عياض** (رحمه الله) المعتب: (من طلب أخًا بلا عيب صار بلا أخ).

وخير للإنسان أن يقارن سلوكه مع ربه بسلوك الآخرين معه (فمن أحب أن يقابل الله إساءته بالإحسان، فليقابل هو إساءة الناس إليه بالإحسان، ومن علم أن الذنوب والإساءة لازمة للإنسان، لم تعظم عنده إساءة الناس إليه، فيتأمل هو حاله مع الله، كيف هي مع فرط إحسانه إليه، وحاجته هو إلى ربه)[1].

أتراك عاجزة عن البحث عن أعذار أكبر من الضغوط المعيشية الحياتية اليومية، وأقسى من الهموم التي تصيب كل الشرفاء في الأرض، وتجعل الحليم حيران.

إذن لا تنسي أيضًا أن تعيني هذا المطحون المسكين؛ بنظرة ود، وكلمة تشجيع، ولمسة تقدير، وربتة تخفيف.

وإليك هذه الهدية الرقيقة لتتذكريها وأنتِ تبثين عبيرك: «إن الرجل إذا نظر إلى امرأته، ونظرت إليه؛ نظر الله تعالى إليهما نظرة رحمة، فإذا أخذ بكفها؛

---

(١) مفتاح دار السعادة: ابن القيم: ١/ ٢٩٢ .

تساقطت ذنوبهما من خلال أصابعهما»[١].

ونحسب هنا أنكِ قد أديتِ ما عليكِ، فجزيت خيرًا.

والآن... انشري هذا العبير الأسري على رفيق العمر، بل وعلى كل أفراد مملكتكِ الصغيرة الحبيبة، وابدئي بجدية في إصلاح سلوكيات الزوج الحبيب والأبناء، عن طريق تنفيذ:

الخطوة التاسعة: الدورات الذكية:

وهي عبارة عن دورات أسرية تربوية رقيقة وطريفة، وتحتاج إلى ذكاء ورقة، ورعاية، ومحافظة على شعور من تحبين.

اعرضي على زوجكِ الكريم هذا العرض: (ما رأيكِ في جلسة عائلية ودية لتدريب أبنائنا على السلوكيات الطيبة؟).

واجعليه هو بنفسه الذي يدعو إلى هذا اللقاء التربوي، وليكن الاجتماع دوريًا، ويشمل فقرات للخواطر والسمر والحوارات، والاقتراحات، والجوائز، والحلوى، ويعد برنامجه أحد الأبناء.

---

(١) كنز العمال، جزء ١٦، ص ٢٧٥، برقم ٤٤٤٣٧، ميسرة بن علي في مشيخته والرافعي في تاريخه، عن أبي سعيد.

وأثناء فقرة الاقتراحات، اعرضي هذا الاقتراح الطيب، وذلك بالاتفاق المسبق مع زوجكِ الحبيب: (ما رأيكم أيها الأحباب في هذا الاقتراح، الذي سنصوت عليه كلنا، وكل فرد ولو صغر له صوت مثله مثل الآخرين حتى الوالدين، وهو أننا نعلم أن سلوك كل منكم ما هو إلا مؤشر ومقياس وعنوان للبيت الذي خرج منه، لذلك فأنا أقترح أن نبدأ كل أسبوع أو شهر دورة، لها شعار معين، وهو الهدف أو الغاية التي توجه كل سلوكياتنا خلال كل دورة، وسنقيم كل دورة في نهايتها، ونرى من الفائز).

وهذا من الأساليب الناجحة في التدريب على السلوكيات الطيبة، وترسيخها وتعزيزها الفوري بجوائز غير متوقعة؛ لتصبح عادة طيبة ودائمة، بطريق تربوي غير مباشر!

وسنساعدك ببعض المقترحات، ولكِ ولأسرتكِ الخيار في أي الدورات تبدأ أولاً، ومن المسؤول عنها، وكيف يمكن توزيع الأدوار على الكل ليشاركوا جميعًا ويستشعر كل منهم مسؤوليته.

الدورة الأولى: فمي يرضي ربنا:

وهي دورة ترسخ وتدرب الجميع على نظافة الأسنان، والاهتمام بصحة الفم ورائحته!

ووزعي الأدوار والمسؤوليات بأن تعرضي عليهم الأسئلة الآتية:

١ - من سيختار شعارات الدورة؟:

وهي التي ستنتشر كملصقات في أركان البيت الحبيب، على الأبواب وعلى المكاتب وعلى السلم، و... والتي برؤيتها يوميًا؛ نستطيع أن نعايش الغاية المرجوة ونحن نرنو إلى فضل الدورة في كل لحظة:

(أ) طهر فمك وارض ربك:

«ويذكر عن عامر بن ربيعة قال: رأيت النبي (ﷺ) يستاك وهو صائم ما لا أحصي أو أعد. وقال أبو هريرة (رضي الله عنه) عن النبي (ﷺ): «لولا أن أشق على أمتي، لأمرتهم بالسواك عند كل وضوء». وقالت عائشة (رضي الله عنها)، عن النبي (ﷺ): «مطهرة للفم مرضاة للرب»[1].

---

(١) صحيح البخاري: جزء ٢، ص ٦٨٢ .

(ب) سواكك... مع صلاتك:

«لولا أن أشق على أمتي، أو على الناس لأمرتهم بالسواك مع كل صلاة»[١].

فلولا خوفه (ﷺ) من وقوع أمته في الشدة والحرج لجعل التسوك من فرائض الصلاة، وهذا دليل الاستحباب المؤكد.

(جـ) كن حريصاً مثل حبيبك:

«عن أبي بريدة (رضي الله عنه)، عن أبيه قال: أتيت النبي (ﷺ) فوجدته يستن بسواك بيده يقول: أع أع. - أي حكاية لصوته أثناء الاستياك - والسواك في فيه كأنه يتهوع - أي يتقيأ»[٢].

(د) كن جاداً... مثل حبيبك:

«أكثرت عليكم في السواك»[٣].

أي: لقد بالغت في تكرير طلب استعماله منكم والحث عليه.

---

(١) صحيح البخاري: جزء ١، ص ٣٠٢، برقم ٨٤٧، أخرجه مسلم في الطهارة باب السواك رقم ٢٥٢ .

(٢) صحيح البخاري: جزء ١، صفحة ٩٦، برقم ٢٤١، وأخرجه مسلم في الطهارة باب السواك رقم ٢٥٤ .

(٣) صحيح البخاري: جزء ١، ص ٣٠٢، برقم ٨٤٨ .

(هـ) حتى آخر أنفاسك:

«عن عائشة (رضي الله عنها) : دخل عبد الرحمن بن أبي بكر على النبي (ﷺ) وأنا مسندته إلى صدري ومع عبد الرحمن سواك رطب يستن به - أي يستاك - فأبده - أي مد نظره إليه - رسول الله (ﷺ) بصره، فأخذت السواك فقضمته - أي: مضغته - والقضم الأخذ بطرف الأسنان، وفي رواية (فقصمته)، أي: كسرته وقطعته - ونفضته وطيبته - أي: نظفته بالماء من استياك عبد الرحمن (رضي الله عنه) به - ثم دفعته إلى النبي (ﷺ) فاستن به، فما رأيت رسول الله (ﷺ) استن استنانًا قط أحسن منه فما عدا أن فرغ رسول الله (ﷺ)، أي: ما تجاوز الفراغ من السواك - رفع يده أو إصبعه، ثم قال: "في الرفيق الأعلى"، ثلاثًا، ثم قضى، وكانت تقول: مات بين حاقنتي وذاقنتي - أي: مات (ﷺ) ورأسه بين حنكها وصدرها والحاقنة ما دون الترقوة من الصدر، وقيل غير ذلك، والذاقنة طرف الحلقوم، وقيل غير ذلك»[1].

---

(١) صحيح البخاري: جزء ٤، ص ١٦١٢، برقم ٤١٧٤ .

٢ - من سيكتب الشعارات؟

٣ - من سيعلق الملصقات؟

٤ - من سيجدد فرشاته؟

٥ - من سيهتم بتنظيف فرشاة الأسنان؟

٦ - من سيزور طبيب الأسنان؟

الدورة الثانية: رائحتي تجذب الناس وتسعد الملائكة:

وهي الدورة التي تهدف إلى الاهتمام برائحة الجسم والفم معًا.

وذلك بعدم الكف فقط عن أكل الثوم والبصل، بل عن كل ما يضايق الآخرين، مثل رائحة العرق، ورائحة الجوارب، ورائحة الملابس، خاصة الداخلية.

وكذلك تجنب كل ما يؤذي الآخرين، والملائكة، وذلك في المساجد، والأماكن العامة، بل وفي كل مناسبة تجمعنا بالناس، وأن نسعدهم ونجذبهم برائحتنا الذكية، ولنردد جميعًا هذه الشعارات ونعمل بها:

١ - لا تؤذِ الناس والملائكة:

عن جابر (رضي الله عنه) قال: نهى رسول الله (صلى الله عليه وسلم) عن أكل البصل والكراث، فغلبتنا الحاجة فأكلنا منها، فقال: «من أكل من هذه الشجرة المنتنة فلا يقربن مسجدنا، فإن الملائكة تأذى مما يتأذى منه الإنس»[1].

وقد (سمَّاها خبيثة لقبح رائحتها؛ قال أهل اللغة: الخبيث في كلام العرب المكروه من قول أو فعل أو مال، أو طعام، أو شراب، أو شخص. قال العلماء: وفي هذا الحديث دليل على منع آكل الثوم، ونحوه من دخول المسجد، وإن كان خاليًا لأنه محل الملائكة ولعموم الأحاديث)[2].

٢ - احذر... رائحتك:

«من أكل ثومًا أو بصلاً فليعتزلنا، أو ليعتزل مسجدنا وليقعد في بيته، وإنه أتى بقدر فيه خضرات من بقول فوجد لها ريحًا فسأل فأخبر بما فيها من البقول.

فقال: قربوها إلى بعض أصحابه، فلما رآه كره أكلها.

---

(١) صحيح مسلم: جزء ١، ص ٣٩٤، برقم ٥٦٣ .

(٢) شرح النووي على مسلم، جزء ٥، ص ٤٩، ٥٠ .

ثم قال لأحد صحابته (رضوان الله عليهم): كل فإني أناجي من لا تناجي»[١].

والحديث (فيه نهي لمن أكل الثوم ونحوه عن حضور مجمع المصلين، وإن كانوا في غير مسجد. ويؤخذ منه النهي عن سائر مجامع العبادات ونحوها كما سبق)[٢].

ولسنا في حاجة إلى تأكيد الثمرات التربوية، والآثار السلوكية لهذه الدورات الطيبة؛ لأنها بعونه تعالى ناجحة مع كل من جربها.

لهذا عليكِ أن تنشريها بين صويحباتك دون إفشاء لأسرار بيتكِ.

ويا حبذا لو استكملت دوراتكِ معهن بدورات أخرى أكثر نجاحًا، وأعمق تأثيرًا على الأزواج.

الخطوة العاشرة: فجري دورات التحدي:

وهو أن تعرضي على زوجكِ الحبيب أنكِ قد قررت أن تنظمي بعض الدورات مع صديقاتك وجاراتك.

وهي عبارة عن دورات أسبوعية أو شهرية تقوم على

(١) متفق عليه: واللفظ في صحيح مسلم، جزء ١، ص ٢٩٤، برقم ٥٦٤ .

(٢) شرح النووي على مسلم، جزء ٥، ص ٤٩ .

التنافس الشريف، والتحدي الرقيق، وكل منهن تجتهد مع زوجها لتهتم بمظهره، ولتجعله مميزًا بين أقرانه، وكالشامة بين الناس.

فإن وافق؛ فتوكلي على الله وابدئي.

وإن استشعر بعض الحرج؛ فاعرضي عليه أن تنفذيها داخل مملكتكِ الحبيبة مع أسرتك، وبمعاونة أبنائك.

فإن تحرج؛ فصممي على تنفيذها أنتِ وحدكِ.

واجعليها منوعة ومستمرة ولا تتوقف.

ولتكن هذه الدورات الرقيقة أو الحجج الأنثوية الذكية، بمثل هذه الشعارات التربوية والغايات المعبرة:

الدورة الأولى: زوجي الغالي أجمل رجل:

ذكري زوجكِ الحبيب بأنكِ تهدفين إلى طاعة الله سبحانه فيه، وستنفذين وصية الحبيب (ﷺ) فيه، واطلبي منه العون والاقتراحات والتشجيع: «إنكم قادمون على إخوانكم، فأصلحوا رحالكم، وأصلحوا لباسكم؛ فإن الله (عز وجل) لا يحب الفحش ولا التفحش»[1].

---

(١) مسند أحمد بن حنبل، جزء ٤، ص ١٧٩، برقم ١٧٦٥٩، تعليق شعيب الأرنؤوط: إسناده محتمل للتحسين.

الدورة الثانية: أنتَ أروعُ داعية:

ومحورها الذي يحتاج إلى ذكاء الزوجة، وحكمة الرفيقة، ورقة الحبيبة، ومعاونة المحبوب، وتشجيع رفيق العمر الطيب: «لا يدخل الجنة من كان في قلبه مثقال ذرة من كِبر. قال رجل: إن الرجل يحب أن يكون ثوبه حسنًا ونعله حسنة؟ قال: إن الله جميل يحب الجمال، الكِبر: بطر الحق، وغمط الناس»[1].

الدورة الثالثة: حبيبي «أشيك» محاضر:

وغايتها الودودة تلك النصيحة الرقيقة: «لا يدخل النار من كان في قلبه مثقال حبة من إيمان، ولا يدخل الجنة من كان في قلبه مثقال حبة من كِبر.

فقال رجل: يا رسول الله، إني ليعجبني أن يكون ثوبي غسيلاً، ورأسي دهينًا، وشراك نعلي جديدًا، وذكر أشياء، حتى ذكر علاقة سوطه، أفمن الكِبر ذاك يا رسول الله؟! قال: لا، ذاك الجمال، إن الله جميل يحب الجمال، ولكن الكبر من سفَّه الحق، وازدرى الناس»[2].

---

(١)صحيح مسلم: جزء ١، ص ٩٣، برقم ٩١ .

(٢)مسند أحمد بن حنبل، جزء ١، ص ٣٩٩، برقم ٣٧٨٩، تعليق شعيب الأرنؤوط: مرفوعه صحيح لغيره، وهذا إسناد ضعيف لإرساله يحيى بن جعدة لم يلق ابن مسعود، كما في المراسيل لابن أبي حاتم.

ولا تنسي أن هذه الدورات الذكية الرقيقة الشفوقة تحتاج إلى:

١ - تصميمك وجديتكِ.

٢ - الاهتمام بنفسك أولاً، كما وضحنا في الخطوات الأولى.

٣ - تعاون الزوج، ويا حبذا كل الأبناء.

٤ - استشعار الغاية ومعايشتها.

٥ - جهدكِ ولمساتكِ الرقيقة في اختيار ما يحبه.

٦ - حديث الذكريات، ومحاولة تذكيره بعطره وملبسه في أوائل أيامكما السعيدة.

٧ - معاونته ومحاولة شراء ما يليق به من ملابس وعطور.

٨ - المدح الوفير والثناء المخلص لزوجكِ ولصفاته الطيبة.

٩ - تقدير كل خطوة يترقاها في سلم العناية بمظهره، ولو بهدية رقيقة بسيطة، حتى تعززي إيجابيًا سلوكه الجديد.

١٠ - التجديد حتى لا يمل.

١١ - الاستمرارية، حتى لا تتجدد الشكوى.

والآن... وقد ارتقيتِ بنفسكِ وبزوجكِ وبأسرتكِ، بل وبصويحباتكِ، في اكتساب سلوكيات طيبة؛ تستمتعين بثمارها مع نفسك ومع أسرتكِ، بل ومع كل الناس والخلائق.

لا تنسي هذه الخطوة المباركة التي تظلل كل خطواتك السابقة، وهي الخطوة التي نركز عليها كل مرة، بل وفي كل لحظة وسكنة، وهي:

الخطوة الحادية عشرة: لِمَ لا تأوين إلى الركن الشديد:

وذلك بأن تلتزمي دومًا بهذا السلاح الرباني، فتتوجهي لخالقك بركعتين في جوف الليل، وترسلي سهام الليل التي لا تخطئ.

ويا حبذا لو كانت بظهر الغيب؛ لأن «أسرع الدعاء إجابة، دعاءُ غائبٍ لغائبٍ»[1].

فاطلبي دومًا العون الإلهي: ﴿رَبَّنَا ظَلَمْنَآ أَنفُسَنَا وَإِن لَّمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا لَنَكُونَنَّ مِنَ ٱلْخَـٰسِرِينَ﴾ (الأعراف: ٢٣).

وحتى نلتقي على خير وطاعة، سأدعو الله الحليم

---

(١) البخاري في الأدب المفرد.



الكريم الودود الغفور أن يسعدكما، فيُجمِّل كل منكما في عين صاحبه، ويملأ كل منكما عيني رفيقه، وأن يُعِفَّ كلاً منكما بالآخر، وأن يغض بصريكما ببعضكما البعض، وألا يجعل للشيطان بينكما نصيبًا، وأن يجعل بينكما المودة والرحمة.

❁❁❁

(٦) زوجي الحبيب...
انظر إليهن من الشاطئ الآخر



«ما تركت بعدي في الناس فتنة أضر على الرجال من النساء»(١).

هكذا كانت تحذيرات الحبيب (ﷺ) المعبرة والشفوقة

ولقد تكررت منه (ﷺ) مثلها، وبصيغ أخرى.

ولنتأمل كيف كانت مفردات هذه الوصية: «إن الدنيا حلوة خضرة، وإن الله مستخلفكم فيها، فناظر كيف تعملون؛ فاتقوا الدنيا وفتنة النساء»(٢).

وفي رواية أخرى: «إن الدنيا حلوة خضرة، وإن الله مستخلفكم فيها فينظر كيف تعملون؛ فاتقوا الدنيا واتقوا النساء؛ فإن أول فتنة بني إسرائيل كانت في النساء»(٣).

---

(١) سنن الترمذي، ج ٥، ص ١٠٣، برقم ٢٧٨٠، قال أبو عيسى: هذا حديث حسن صحيح، قال الشيخ الألباني: صحيح.

(٢) أخرجه مسلم في الصحيح من حديث أبي مسلمة عن أبي نضرة، سنن البيهقي الكبرى، ج ٣، ص ٣٦٩، برقم ٦٢٠٣ .

(٣) صحيح مسلم، جزء ٤، ص ٢٠٩٨، برقم ٢٧٤٢ .

(ومعناه: تجنبوا الافتتان بالدنيا وبالنساء، وتدخل في النساء الزوجات، وغيرهن، وأكثرهن من فتنة الزوجات ودوام فتنتهن، وابتلاء أكثر الناس بهن، ومعنى الدنيا خضرة حلوة: يحتمل أن المراد به شيئان: أحدهما حسنها للنفوس ونضارتها ولذتها كالفاكهة الخضراء الحلوة؛ فإن النفوس تطلبها طلبًا حثيثًا فكذا الدنيا، والثاني سرعة فنائها كالشيء الأخضر في هذين الوصفين، ومعنى مستخلفكم فيها: جاعلكم خلفاء من القرون الذين قبلكم فينظر هل تعملون بطاعته، أم بمعصيته وشهواتكم)[1].

طالعت هذه التحذيرات، وتعجبت كيف نسيناها أو أنسيناها، وكيف جهلناها أو تجاهلناها، وكيف غفلناها أو تغافلنا عن خطرها.

لقد دارت الأيام وانتشرت الفضائيات، والشبكات العنكبوتية في كل شبر من الأرض، بل وفي كل ركن من بيوتنا، وتقدم العلم خاصة في المجال الطبي التجميلي، فجاءت معه كل أسباب الفتن، على الرغم من فوائده العظيمة، التي لا ينكرها إلا جاحد.

---

(١) شرح النووي على مسلم، ج ١٧، ص ٥٥، برقم ٢٧٤٢.

فتصدع الكثير من البيوت.

وانهار العديد من الأسر.

وتقطعت معظم الصلات الاجتماعية؛ خاصة العلاقات الأسرية، سواءً بين الوالدين والأبناء، أو بين الزوج والزوجة.

وبرز جليًا مغزى تحذير الحبيب (ﷺ) أن من أعظم الفتن فتنة النساء.

هل رفعتِ الراية البيضاء.. حقًا؟

ولنفتح معًا ملف الهم الزوجي السادس، وهو الذي تعددت صور الشكوى منه.

ولنتأمل معًا هذه الصور العجيبة والخطيرة والقاسية، التي تعزف على وتر واحد يشكل هذا الهم النسوي المزعج والمدمر:

١- (زوجي الفاضل، لا تمر علينا ليلة حتى يطلب مني أن أقلد الفنانة فلانة، أو أرتدي ما ترتديه الممثلة فلانة، أو ....، أو .....).

٢- (تخيَّل، وأنا لم أزل الآن في اليوم الثالث بعد ولادة طفلنا الحبيب، ألح عليَّ زوجي في أن أحافظ على

قوامي، وأن أزور فوراً أحد اختصاصيي التغذية والسمنة، بل وصلت توصياته إلى حد التهديد).

٣- (زوجي الطيب... كثير الإعجاب ببعضهن، حتى إذا رأى إحداهن تطل من برنامجها الشهير، فإنه يتسمر أمام القناة الشهيرة، ويحرص على رؤية البرنامج كاملاً في عرضه الأول، بل ويحاول رؤيته في مرات إعادته المتكررة، بحجج كثيرة؛ منها لباقة المحاورة، وجدية القضية المطروحة، وطريقة الحوار، ومتعة المناقشة، ولو أفصح هذا المسكين المفتون عن السبب الدفين لإعجابه لكان خيراً له، ولاحترمت شجاعته.

٤- (هل تتخيل كيف أن زوجي الفاضل المحترم، قد ألغى كل مواعيده المقدسة، بل وأخذ يعدل في برنامجه اليومي؛ من أجل عيون البرنامج الشهير، أقصد من أجل عيون محاورته الفاتنة؟ سامحها الله، وحسبي الله ونعم الوكيل).

٥- (يا إلهي... أين لي بالوقت لأتزين مثلهن؟).

ومن أين آتي بالمال اللازم لأصنع مثلما يصنعن بأنفسهن؟ وكيف لي أن أجاري تلك الفاتنات من مقدمات البرامج اللاتي يطاردن أزواجنا ليل نهار؟

٦- (يا ربي.. كيف سأحصل على هذا الجيش المجيش، والمسخر لتجميل وجوههن وتجهيزها وترتيبها وتلميعها، لأحفظ زوجي الحبيب من فتنتهن؟!).

٧- (لقد كرهت التلفاز، وكرهت الفضائيات، وكرهت الحوارات، وكرهت يوم...... لأنه موعد برنامجها التافه، الذي لا يقدم إلا التفاهات، والمليء بالمبهرات والمسليات، والذي يُسَخِّط الأزواج على الزوجات).

٨- (رباه.. عليك العوض، ومنك العوض في زوجي، وفي سعادتنا الأسرية، وفي دفء علاقاتنا الحميمية، ووداعًا لمتعة لقاءاتنا الخاصة، وإليك المشتكى من هذه الـ.. التتارية الغازية القاتلة).

٩- (سيدي الدكتور، نحن ضحايا أو جزء من فكر أو نمط العولمة (Globalism)؛ فلقد كنا نسمع منذ زمن عن عمليات بريئة، تخفي بعض الندبات البسيطة، أو تزيل بعض التشوهات المعيبة والظاهرة، أو تصلح بعض الآثار القبيحة.

ولكن لم أكن أتوقع أن يصل الأمر إلى عمليات سريعة تتم في مراكز التجميل المنتشرة أكثر من المطاعم السريعة على نمط

(Take Away) فتعيد تشكيل كل شيء في الجسم، وأكرر كل شيء حتى يصلوا إلى النموذج الذي تختاره إحداهن، فتتحول حقًا إلى ما يسمونه (New Look).

إنها وربي مثل مصانع سيارات النخبة التي لا يرتادها إلا الأمراء والأثرياء، و... حيث تحولت المرأة إلى مجرد سلعة.

وشبيك لبيك أيها السيد؛ اختر يا شهريار عيون فلانة، وأنف فلانة، وشفاة فلانة، و.....، و..... وحدد منتجك الخاص، وقبل التَسَلُّم تأكد جيداً من الملصق (Beauty Neauty in Made Center).

ولا تنس أننا نتميز بخدمة (Home Delivery)، نقصد خدمة التوصيل للبيوت.

فقط تمدد على بساط الريح، أقصد على أريكتك، أو على سريرك، واضغط على مصباح علاء الدين السحري؛ أقصد على الريموت (Remote Control)، وابدأ رحلتك اليومية.

والله أعلم، ماذا يخبئ هذا الحاوي في جرابه الإبليسي لمن سيأتي بعدنا؟!

فهل كل هذه المعلومات تخفى على أزواجنا الأعزاء، الذين يظلموننا، عندما يفتتون بتلك الموديلات البراقة، ويقارنوننا بتلك المنتجات المصنعة حسب الطلب.

١٠- (أخي الدكتور الفاضل، سأعترف وأقر بأنها فعلاً أرهقتني بألوانها، وحقًا أرهقتني بكلماتها المنمقة الفاتنة، وأتعبتني بطرق خضوعها بالقول، وحركات عيونها، ورعشات أهدابها الصناعية، ونظراتها الساهمة للكاميرا وليس لضيوف برنامجها، ويديها اللامعتين اللتين لم تقشرا بصلاً، ولا ثومًا يومًا ما، وأظافرها التي لم تر يومًا حوضًا للغسيل، ولم...).

والنتيجة الكارثية لغزواتها التتارية على زوجي الحبيب، أنها فتنت هذا الغالي الضعيف المسكين...

فأصبحت في نظره هي النموذج الذي يجب عليّ تقليده في كل حركاته، وفي...، وفي....

وقد تحول عشنا السعيد الجميل على يديها - أقصد على غزواتها - من جنة حالمة إلى جحيم مدمر، ومن مملكة للمودة والرحمة إلى ساحة للشجار والسخط، و.....

ولا أملك أمام كل هذا إلا الاستسلام...

فأنا عاجزة عن المنافسة في هذا السباق الرهيب...

وعاجزة عن استكمال هذا التحدي المروع...

فمعركتي من أجل حماية مملكتي الحبيبة غير متكافئة...

وسأحتمي بصمتي..

وسأتترس بحسرتي..

وسأجتر ذكريات زمننا الجميل في وحدتي...

وسأبلل ريقي بتمتمات لساني المتحجر، وشفتي المتسلحتين بسلاح «**حسبي الله ونعم الوكيل**».

وهأنذا أرفع بكلتا يديّ المرتعشتين الراية البيضاء).

المعيار الظالم

استمعت لهذه الصرخات المكتومة عبر هاتفي.

وقرأت هذه الشكاوى النسائية المرة، وهي تترى كالسيل الغاضب عبر بريدي الإلكتروني.

وفزعت على ضحكات إبليس اللعين، وأصوات قهقهاته تأتيني من كل مكان، بل من بين يدي، ومن خلفي، وكأنها صيحات نصره المزعوم، وجَلَبَةُ فوزه الساحق الماحق!

وتذكرت ما تحدثنا عنه مؤخرًا في الهم الثاني، الذي كان بعنوان: (**لماذا تزوغ عيون زوجي الحبيب؟**).

ووضحنا الدور الرائد لإبليس اللعين فيه.

وذكرنا فيه أهم الأسباب، وتحدثنا عن أفضل سبل العلاج، وركزنا على دور الزوجات الإيجابي، وكيف يحاولن حماية أزواجهن من مرض زوغان الأبصار.

ولكننا الآن أمام خطر أفدح، حيث تطور الأمر إلى أبعاد أخرى، من شأنها التأثير على البناء الأسري، والعلاقة الزوجية القدسية، التي وصفها الحق سبحانه بأنها «ميثاق غليظ».

لقد وصلنا لدرجة افتتان بعض الأزواج المحترمين ببعض هؤلاء الفاتنات، والاغترار بلمعان ظاهرهن، والحكم عليهن من خلال تلك القشرة الخارجية اللامعة، أو ذلك اللون الخارجي البراق، وتلك الأصباغ بطبقاتها السميكة التي تخفي أية عيوب.

والخطر أن يترسب في عقلهم الباطن واللاوعي، بفعل التأثير التراكمي للمداومة على رؤية هذه النماذج الفاتنة: أن الفاتنات المصنعات هن النموذج المنشود أو الـ (Super Model)



والأخطر أن يتحول إلى معيار تقاس به المرأة، عند كل من يريد البحث عن نصفه الآخر.

وأنَّى لأي أحد كائنًا من كان أن يجد بغيته عند اختياره؟!

والنتيجة هي: إما الإضراب عن الزواج، أو التعايش مع الانفصام النفسي، فيقبل الشاب من يرفضها داخليًا، ويرضى بها ظاهريًا.

والأشد خطرًا من هذا كله أن يصبح هذا النموذج الزائف هو المقياس الذي يحكم به الزوج المسكين على زوجته المظلومة.

وأنَّى لأي زوج أن يرضى بحظه، أقصد بزوجته، ويسعد معها بعد تلك المقارنة الظالمة؟!

ما الآثار السلبية لهذا الهم النسوي؟

ونقصد بالآثار السلبية تلك الرسائل السلبية لسلوكيات الزوج، وآثارها المرة على الزوجة، ثم على العلاقة الزوجية، ومنها:

١- زوجي الحبيب تغير.

٢- زوجي لا يرغب فيَّ.

٣- أنا لا أستطيع إرضاءه.

٤- زوجي يضيع من بين يدي.

٥- أنا دميمة.

٦- أنا لا أحسن فنون التبعل.

٧- لا أمان في هذا البيت.

٨- أنا لم أعد أثق في الرجال.

٩- إنه يفكر فيها الآن.

١٠- إنه يتمناها الآن بجواره بدلاً مني.

١١- أسرتي الحبيبة تتصدع أمامي.

هذه الرسائل تؤدي عند الزوجات إلى هذا الحصاد المر:

١- انعدام التقدير الذاتي.

٢- الحزن الدفين من دون تفسير.

٣- غياب الثقة.

٤- انعدام الأمان الأسري.

٥- غياب الوئام الأسري.

٦- ضياع المودة والرحمة الزوجية.

٧- بروز الغيرة المرضية.

٨- العصبية.

٩- كثرة الخلافات والمشاحنات.

١٠- تصدع العلاقات الزوجية.

١١- الرد بالمثل؛ أي يبدأ إبليس في تسليط جيوشه من الإنس والجن على الزوجة بدعوى المساواة في كل شيء حتى الخطأ.

فتفعل كما يفعل، وتُفتَن كما يُفتن!!

١٢- العناد.

١٣- ظهور أمراض العلاقة الحميمية الزوجية، مثل البرود الجنسي.

فماذا عن أسباب ولع الزوج وافتتانه بالأخريات؟

هي أسباب يمكننا تقسيمها قسمين رئيسيين:

القسم الأول: أسباب داخلية شخصية:

وهي التي تعود إلى الزوج نفسه، مثل:

١- الضعف الإيماني:

فعندما يختل الميزان الإيماني داخل النفس البشرية تحدث هذه التحولات الجهنمية الشيطانية، ففي هذه الحالة يجد الشيطان أرضًا خصبة لألاعيبه ونزغه.

فيلعب على وتر الغرائز البشرية؛ لأن الإنسان لديه غرائز مفطور عليها، وهي من الشهوات التي يزينها إبليس للبشر، فيفتن بها كل من يبتعد عن منهج الله (عَزَّوَجَلَّ) وهدايته، ولا ينظر إلى ما عنده سبحانه من حسن المآب: ﴿زُيِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ ٱلشَّهَوَٰتِ مِنَ ٱلنِّسَآءِ وَٱلْبَنِينَ وَٱلْقَنَٰطِيرِ ٱلْمُقَنطَرَةِ مِنَ ٱلذَّهَبِ وَٱلْفِضَّةِ وَٱلْخَيْلِ ٱلْمُسَوَّمَةِ وَٱلْأَنْعَٰمِ وَٱلْحَرْثِ ۗ ذَٰلِكَ مَتَٰعُ ٱلْحَيَوٰةِ ٱلدُّنْيَا ۖ وَٱللَّهُ عِندَهُۥ حُسْنُ ٱلْمَـَٔابِ﴾ (آل عمران: ١٤).

(٢) السهام المسمومة:

حيث يبدأ إبليس بتشجيع الإنسان على إرسال السهام المسمومة، والنظرات الطويلة إلى مواقع الفتنة، بل ويدفعه إلى عدم غض البصر، وإلى الجرأة على النظر إلى المحرمات، فتقع الفتنة الإبليسية، وهنا أمر غريب، إذ لا يشترط أن تكون الأخرى أجمل من الزوجة؛ ولكنه تزيين الشيطان وغوايته.

فعن أبي ربيعة، عن ابن بريدة، عن أبيه رفعه: قال رسول الله (ﷺ): «يا علي، لا تتبع النظرة النظرة، فإن لك الأولى، وليست لك الآخرة»[1].

---

(١) رواه الترمذي، كتاب الأدب ٢٧٠١، وقال أبو عيسى: هذا حديث حسن غريب لا نعرفه إلا من حديث شريك.

(٣) غياب الميزان:

ونقصد به ذلك الميزان الإيماني الداخلي الذي يجعل الشخصية متزنة وسوية، ألا وهو وازع الضمير.

لهذا كان الحبيب (ﷺ) يحذرنا من أن نربأ بأنفسنا عن أن يضمنا (ركب المنتهكين): «لأعلمن أقوامًا من أمتي، يأتون يوم القيامة بحسنات أمثال جبال تهامة بيضًا؛ فيجعلها الله (عز وجل) هباءً منثورًا. قال ثوبان: يا رسول الله، صفهم لنا، جلِّهمْ لنا أن لا نكون منهم ونحن لا نعلم قال: أما إنهم إخوانكم ومن جلدتكم، ويأخذون من الليل كما تأخذون، ولكنهم أقوام إذا خلوا بمحارم الله انتهكوها»[1].

٢- الطبيعة الفطرية:

وهي التي يكون الإنسان فيها من أصحاب (الشخصية الذبابية)، أي أنه من طبيعته أنه ذو شخصية ولوعة بكل ما هو محرم، وكل ما هو براق.

فهي شخصية عندها القابلية للإغواء والافتتان.

---

(١) سنن ابن ماجه، ج ٢، ص ١٤١٨ – ٤٢٤٥، في الزائد: إسناده صحيح رجاله ثقات، قال الشيخ الألباني: صحيح.

وهو ذبابي الطبع؛ لأنه مثل الذباب الذي لا يقف إلا على كل ما هو مستقذر، وكل ما تعافه النفوس السوية.

٣- الخلل النفسي المرضي:

فقد يكون الزوج مريضًا نفسيًا يُجر إلى هذه الفتن من دون دراية منه، ودون وعي، مثله مثل المريض بداء السرقة، وهو الذي يسرق ما لا يحتاجه، وما يملك ما هو أغلى منه.

٤- الشعور النفسي بالنقص:

حيث يرى الزوج في الأخريات ما يسد جوعته، وما يملأ به عينه التي لا تجد من زوجته ما يملؤها ويسدها.

٥- الوحدة والانعزال الاجتماعي:

فالزوج الذي يؤثر الوحدة يعرض نفسه للغواية، وذلك بابتعاده عن المشاركة والأنشطة الاجتماعية؛ لهذا كان حبيبنا (ﷺ) يحذرنا من تحدي الذئب: «إن الشيطان ذئب الإنسان كذئب الغنم؛ يأخذ الشاذة والقاصية والناحية، وإياكم والشعاب وعليكم بالجماعة والعامة»(١).

(١) مسند أحمد بن حنبل، ج ٥، ص ٢٤٣ – ٢٢١٦٠ .

القسم الثاني: أسباب خارجية وبيئية:

أي لا دخل للزوج فيها؛ مثل:

١- طبيعة الزوجة:

فقد تلقي سلوكيات الزوجة، وعدم اهتماهها بمظهرها بظلالها السلبية على طبيعة الزوج وشخصيته، وسلوكياته معها.

فتسأله: لم تنظر إلى الأخريات؟!

فيقول لسان حاله: (والله يا صديقي لم أر من زوجتي ما يعفني).

أو (يا صديقي، إنها رسالة تمرد وعناد ضد إهمالها لنفسها ولي؛ لعلها تفيق).

وقد عددنا في (لماذا تزوغ عيون زوجي الحبيب؟) كل الأسباب التي في طبيعة الزوجة، وتدفع زوجها إلى الافتتان بالأخريات.

ومنها (الدميمة، والمهملة لمظهرها، والمنانة، وعاشقة النكد، وسيئة الخُلق).

٢- الظروف الأسرية:

فالضغوط الحياتية والمعيشية تؤدي إلى قهر المشاعر،

وإهمال الإنسان كل شيء بما في ذلك المظهر، كما أنها تخنق العلاقات الإنسانية السوية.

٣- الظروف الأسرية:

فالبيئة الأسرية غير السوية والتفكك الأسري والبُعد الفكري والعاطفي بين الزوجين تدفع الزوج دفعًا لفعل أي شيء، ولو كان فيه فتنته وهلاكه، وذلك هروبًا من واقع يخنقه، أو تنفيسًا عن هموم بداخله، أو انتقامًا ممن يخنقه، ولو كانت زوجته.

٤- الظروف البيئية:

وأهمها ما تعرضه وسائل الآلة الإعلامية الجبارة والفضائيات من سلع بشرية رخيصة وسهلة.

إذن ما الحل؟!

وكيف تحمي زوجك الكريم من الافتتان بالفاتنات اللامعات؟

البداية دومًا من داخلك؛ فجربي معنا هذه الخطوات.

الخطوة الأولى: فتشي عن الأسباب:

راجعي جيدًا الأسباب التي ذكرناها.

ورتبي الأسباب على أساس أن تبدئي بما هو في يدك،

وما هو مستطاع، وما هو أيسر لك.

ثم اختبري جديتك في الحل، كما في:

الخطوة الثانية: طالعي الصدوق.. وحفزي نفسك اللوامة:

الصدوق من أقرب الأقربين، وهي من أصدق الصادقين.

فهي لن تجاملك، بل ستعلن رأيها بإخلاص دون مواربة، ودونما حرج.

ستخبرك عن الحقيقة التي قد تكون هي السبب في فتنة زوجك الكريم.

وغالبًا ما ستكتشفين أن الحقيقة المرة والطاردة لزوجك الحبيب، بل وقد تكون العامل الأول في فتنته هي أنت وشخصيتك أنت، وسلوكياتك أنت، ومظهرك أنت.

إنها مرآتك الخاصة بك في غرفة نومك.

تأملي نفسك أمامها، وراجعي قسمات وجهك، ولاحظي مظهرك.

ثم واجهي نفسك أمامها وحدكما.

وحفزي نفسك اللوامة التي عظمها وقدرها سبحانه: ﴿وَلَآ أُقۡسِمُ بِٱلنَّفۡسِ ٱللَّوَّامَةِ﴾ (القيامة: ٢)

فبعد قسمه سبحانه بيوم القيامة أقسم بها (أي بنفس المؤمن الذي لا تراه إلا يلوم نفسه، يقول: ما أردت بكذا؟! فلا تراه إلا وهو يعاتب نفسه، قاله ابن عباس ومجاهد والحسن وغيرهم، قال الحسن: هي والله نفس المؤمن، ما يُرى المؤمن إلا يلوم نفسه: ما أردت بكلامي؟! ما أردت بأكلي؟! ما أردت بحديث نفسي؟! والفاجر لا يحاسب نفسه. وقال مجاهد: هي التي تلوم على ما فات وتندم فتلوم نفسها على الشر لم فعلته وعلى الخير لم لا تستكثر منه، وقيل: إنها ذات اللوم، وقيل: إنها تلوم نفسها بما تلوم عليه غيرها. فعلى هذه الوجوه تكون اللوامة بمعنى اللائمة، وصفة مدح، وعلى هذا يجيء القسم بها سائغًا حسنًا)[1].

فاسألي نفسك هذه الأسئلة الخاصة الحرجة والسرية، التي تحتاج إلى إجابات جادة وصادقة:

١- هل منظري يملأ عيوني زوجي الحبيب؟!

أم أن السآمة والإهمال قد غطيا على مسحات الجمال في وجهي، فبدا شاحبًا باهتًا، وكأنه لوحة جميلة تركت لفعل الشمس وعوامل الجو؟!

---

(١) القرطبي، تفسير آية القيامة ٢ .

٢- هل ما أرتديه أمامه يعجبه ويفضله، أم أرتدي ما يعجبني، وقد لا يروق له؟!

٣- ترى أين الفستان الذي رآني به أول مرة؟ ترى أين هو الآن؟!

هل أحرص على وضعه في مكان بارز جميل في دولابي؟

هل أهتم به وكأنه صديق وشاهد على أيامنا الجميلة وذكرياتنا السعيدة؟!

أم تراه قد استقر في خزانة الملابس القديمة والبالية، وامتلأت جيوبه ببعض حبيبات مانع العتة (النفتالين)؟!

وهل إذا ارتديته الآن سيكون على مقاسي؟

أم (سأنحشر) فيه قسرًا بطريقة (كوميدية هزلية)، أم....؟!

٤- هل أحرص على حماية وزني من الترهل والبدانة؟

أم أنني قد تركت حبل الأكل على الغارب، فانتقلت من الوزن الذي يحبه إلى المنافسة على وزن الفيل، وانتميت بجدارة واستحقاق إلى نادي المئة.

٥- أين العطر الذي يحبه ويربطه ذهنيًا بذكرياتنا الجميلة في زماننا الجميل؟

٦- ما آخر مرة اشتريت فيها مساحيق تجميل لأتزين له؟

وهل ما زلت أستعمل بقايا أصابع أحمر الشفاه التي تآكلت وتغيرت، وذهبت موضتها؟

وهل أحافظ على قلم الكحل؟

أم تراني قد أهملته؛ ليعبث به الصغار، فلونوا به، وكتبوا به على الأبواب والجدران؟

٧- هل أحرص على الابتسام في وجهه؟

أم لا يرى مني إلا العبوس والجدية، فتبدو التجاعيد واضحة على وجهي.

وهل نسيت أن الابتسامة لها فعل السحر في إزالة هذه التجاعيد؟

٨- هل أحاول أن أجعل من غرفة نومنا مملكة خاصة أجدد فيها، وأحافظ على نظافتها، وأحرص على رائحتها، وأجتهد في ترتيبها؟

أم تراها قد أصبحت مشاعًا للجميع، فيقيل فيها الأبناء، ويعبث بمحتوياتها الصغار، وتنبعث من فراشها

روائح بـول رضيعي، وتتنـاثـر المجلات والأوراق علـى التسـريحة، ويشغل بعض العناكب أركانهـا، وأخزن فيها الحقائب والكتب والأحذية والأجهزة لتتحول إلـى (ميني ماركت).

٩- هل أحـرص دوماً على مقابلته عند البـاب بوجه يحبه ويسره؟

أم تشغلني أعمـالي اليومية المطبخية والتنظيفيـة، فيدخل إلى حجرته وحيداً، دون مراسم استقبال المحب لحبيبه؟

١٠- هل أحرص علـى أن يكون لقائي به بعد عـودته لقاءً ودوداً حانياً مفعماً بكل البشريات والأخبار السارة؟

أم تـراني أنتهز هـذه الفـرصة، فـأرتب قـائمـة بكل ما انكسر اليوم، وكل ما يحتاج إلى تصليح، وبأخبار شجار أبنائنا، و......، و......

١١- هل حـاولت أن أتصل بـه في عمله أو في سفـره، وأخبـره بما يسره، ولو حتى «برنة» (Missed Call)؛ تعطيه رسالة نفسية بأنه دوماً على البال؟

أم أن الروتينيات الحياتية قد طغت على علاقاتنا الدافئة؛ فأصابتها بالبرود، وغزت جنتنا الأسرية بالتصحر والجفاف؟

١٢- هل أحضرت له يومًا هدية أسعدته وأشعرته أنني سعيدة به وفخورة به؛ فأنعشت علاقاتنا، وجددت فيها الحب، وبعثت فيها الدفء؟

١٣- هل أحرص على حسن التبعل له بالتزين الهادئ، والكلمات الرقيقة، والهمسات الدافئة، واللمسات الودود؟

أم تراني قد استثقلت هذا الواجب، وأصابني (داء الكسل والإهمال الزوجي)؛ وقلت في نفسي: (دا كان زمان وجبر)، أو (هوه إحنا ح نعيده)؟

١٤- هل تراني أحرص على شراء كل ما هو رقيق ولطيف لأرتديه له، وله وحده في غرفة نومنا؛ فأنعش به لقاءاتنا الحميمية، وأجدد برائحته ذكرياتنا الدافئة، وأشعل بألوانه عواطفه الدفينة، وأملأ بجماله عيونه الحبيبة الحانية؟

أم تراني ما زلت أرتدي له ما يعافه وما أصبح مألوفًا روتينيًا باليًا قديمًا مهترئًا باهتًا؛ فلا لون له ولا طعم ولا رائحة؟

وذلك بحجة القائمة الساذجة التي كتب تحتها: رشدوا الإنفاق، ونرجو عدم الإسراف، والعيب، والخجل، و..... و.....

١٥- هل أحاول تطوير نفسي بالقراءة والاطلاع على كل ما يجعلني أمامه مواكبة لتطوره المهني والفكري؛ فأمده بكل رأي رشيد، وأشعره بمدى ثقافتي؟

أم تراني في واد وهو في آخر؛ حتى أشعرته بمدى الفجوة بيننا في كل شيء، خاصة في الحوار والأفكار؟

١٦- هل تراني أحرص على الجلوس معه جلسة شاعرية وحدنا؟

أم ترانا نتكلم، والأبناء الأحباب يقفزون على أكتافنا، ويلعبون حولنا، والتلفاز يصيح بجوارنا، وآنية الطعام الفارغة أمامنا، و......، و.....؟

١٧- هل تراني أطالع وأتقن فن التعبير عن المشاعر؟

أم تراني أتحجج بأن (أبو أحمد عارف كل اللي عندي)؟

١٨- هل تراني قد ابتدعت له اسماً خاصاً للتدليل، يحبه ويربطه ذهنياً بزماننا الجميل، ويعطيه رسالة أن هذا الاسم خاص بمحبوبته فقط؟

أم تراني أناديه في مملكتنا الصغيرة بالاسم الذي يخاطبه به أقرانه وأصدقاؤه ومديره؟

أم تراني أخاطبه بما تخاطب به إحداهن زوجها في عشهما الصغير، فتناديه (يا أبا أحمد)؟

أم تراني قد صنعت مثلما صنعت إحداهن: التي تخاطب حبيبها في غرفة نومهما: بـ (يا حاج)؟

وهل نسيت تدليله (ﷺ) لعائشة (رضي الله عنها): «يا عائش، هذا جبريل يقرئك السلام».

فقالت: وعليه السلام ورحمة الله وبركاته، ترى ما لا أرى[٩].

١٩- هل....، وهل....، وهل....؟

وهنا سأترك لك، ولك وحدك هذه الفراغات لتملئيها وحدك مع نفسك اللوامة، بما لا يعرف سره إلا أنت مع ربك (سبحانه وتعالى)، وتستشعرين أنه من أسباب التباعد النفسي بينك وبين زوجك الحبيب؟

---

(٩) أسد الغابة، ج ١، ص ١٣٨٤ .

فإذا نجحت في هذه الخطوة المباركة مع رفيقتيكِ المخلصتين - الصدوق واللوامة - واكتشفت نقاط الخلل في شخصيتك، التي قد تكون من العوامل النفسية التي تسبب ثقوبًا وشقوقًا، بل وتصدعات في جدار العلاقات الزوجية والحميمية، فإنه بعد هذه المعرفة لابد من:

الخطوة الثالثة: امتلكي... المفتاح السحري:

وهو أن تبدئي بخطواتك العملية، فتتحملي مسؤولياتك في إصلاح هذه الثقوب الكريهة في جدار الحب، التي اكتشفتِها وعرفتِها في الخطوة السابقة.

وبشرط ألا تتسولي الحلول من الآخرين.

فهو زوجك الحبيب الذي اخترتِه من بين كل الناس.

وهو بيتك الصغير ومملكتك الحبيبة التي بنيتماها معًا، ورعيتماها معًا، وطالما حفظتماها معًا.

فلم تتخلين الآن عن دورك؟

ولِمَ تطغى سلبيتك على إيجابيتك.

فلتكوني جادة في الإصلاح والتغيير النفسي.

واعلمي أن التغيير النفسي هو مفتاح تغيير الزوج، بل وكل الآخرين وكل المحيطين، وكذلك المجتمع كله إلى

الخير والنماء والأحسن والأجمل: ﴿إِنَّ ٱللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُواْ مَا بِأَنفُسِهِمْ﴾ (الرعد: ١١).

هكذا يعلمنا الحق سبحانه أن التغيير يبدأ من داخلنا.

وهكذا يلقي علينا الحق سبحانه التبعة الفردية، فمسؤولية التغيير تقع على كاهلنا نحن ذاتيًا.

وإصلاح أنفسنا هو المفتاح السحري.

فإذا بدأت في هذه الخطوات الإصلاحية الجادة؛ فعليك الالتزام بقاعدة:

الخطوة الرابعة: كوني الحل... ولا تكوني المشكلة:

احذري أن تكون بداية الفتنة من جانبك أنت.

فتكون الشرارة الأولى في لهيب الفتنة بيدك أنت.

وتعوَّدي دومًا أن تؤدي واجباتك أولاً، قبل أن تطالبي بحقوقك.

فكوني اليد الحانية التي تبدأ دومًا باللمسات الدافئة.

وكوني صاحبة البسمة الصافية التي تسبق غضبك أو حزنك.

وكوني اليد الشجاعة التي تنتشل حبيبها من طوفان المفاتن، وألاعيب الفاتنات.



كوني له عصا موسى التي يقهر بها زوجك الحبيب سحر الساحرات.

وكوني بجواره، ولا تتركيه لفتنة السامريين والسامريات.

فإذا كنت كذلك؛ فأكملي عطاءك الأمومي الفطري، وكرمك الحاتمي المتوقع مع حبيبك؛ بهذا الضابط والشرط المهم في البناء الأسري النفسي، وذلك كما تخبرك:

الخطوة الخامسة: احفظي سره:

إياك أن تشعريه بأن سره، وما يخفيه عن الآخرين، قد انتشر خارج مملكته الصغيرة.

فإن من أعظم الخيانة، كما علمنا الحبيب (ﷺ)، أن ننشر أسرارنا الداخلية خارج منازلنا، خاصة أحاديث الهوى، وأسرار غرف النوم، وحكايات الفراش: «إن من أعظم الأمانة عند الله يوم القيامة الرجل يفضي إلى امرأته، وتفضي إليه، ثم ينشر سرها»[1].

ثم انتقلي إلى الطائفة الأخرى من الحلول، وذلك بأن تنفذي عمليًا:

---

(١)صحيح مسلم، ج ٢، ص ١٠٦٠، برقم ١٤٣٧ .

الخطوة السادسة: دورات السعادة الأسرية:

فندعوك لأن تحاولي تنفيذ مجموعة من الدورات الطيبة.

وهي دورات السعادة؛ لأن هدفها هو تحقيق السعادة الأسرية.

اهمسي لزوجك بذكاء: لقد لاحظت على بعض الأبناء ولعهم بقنوات الأغاني، وبإدامة النظر إلى الممثلات، خاصة الشهيرات منهن، واللاتي جئن بتلك الهجمة العارية الفاضحة الكاسحة على كل قيمنا وعاداتنا وأخلاقياتنا.

لدرجة أن هؤلاء العاريات أصبحن مثلهم الأعلى، والنموذج الأمثل للمرأة.

والخطورة أنهم يرون الصورة من الوجه البراق، وتخفى عليهم الصورة من وجهها الحقيقي مثل علاقتهن بربهم وبأزواجهن وبيت أزواجهن، وقدسية هذه العلاقات.

فما رأيك أن نذكرهم ببعض القيم والأخلاق التي تربينا عليها؟

وما رأيك أن نعيد ترسيخ هذه القيم التي علَّمتها عنك شخصيًا، وكانت سببًا رئيسًا في إعجابي بك، وإعجابك بي أيضًا؟

والحمد لله لم تزل سيرتك عند كل الناس من السير الطيبة، بل إنني فخورة بأن الكثيرين يعتبرونك قدوة ومثلاً في التربية، ويعتبرون ما ربيت عليه أبناءك من الأمثلة الطيبة والناجحة.

أنا خائفة من ضياع رصيدنا الطيب.

ومنزعجة على ثمار تربيتنا.

وقلقة على مستقبلنا!

فما رأيك - يا حبيبي - في أن ننظم دورات تربوية؛ ترسل إليهم الرسائل البسيطة غير المباشرة في التربية، ولننفذها معهم ليقتدوا بنا ولا يستشعروا أي تسلط منا، أو ضغط مباشر عليهم؟

ولتكن كل منها على فترة نشاورهم فيها، ونوافق عليها جميعًا.

فإن استحسن هذه الفكرة فأعطيه فورًا وضعه وقدسيته واحترامه وسلطته؛ ليمسك هو زمام الدفة، فيعلن عن عقد جلسة أسرية يشارككما فيها كل الأبناء لأخذ الرأي ولسماع اقتراحاتهم في كيفية تنفيذ دوراتكم الطيبة وتفعيلها وإنجاحها.

ولتكن على مثال هذه الدورات المباركة:

الدورة الأولى: ذلك أزكى لهم:

وهي دورة تربوية تهدف إلى تذكير جميع أفراد الأسرة بفوائد غض البصر، والثواب العظيم لمن يغض بصره؛ فهو أزكى وأطهر لنا جميعًا، وفي الوقت ذاته أحب إليه سبحانه.

يجري تنظيم الدورة كالآتي:

١- تتفق الأسرة على جمع كل ما يختص بهذه الفضيلة، مثل:

﴿قُل لِّلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَٰلِكَ أَزْكَىٰ لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ ۝ وَقُل لِّلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا﴾ (النور: ٣٠، ٣١).

«يا معشر الشباب من استطاع منكم الباءة فليتزوج، فإنه أغض للبصر وأحصن للفرج، ومن لم يستطع فعليه بالصوم فإنه له وجاء»(١).

---

(١) سنن ابن ماجه، ج ١، ص ٥٩٢ – برقم ١٨٤٥، قال الشيخ الألباني: صحيح.

٢- تصنع من هذه الآثار الطيبة ملصقات تُعلق في أرجاء المنزل أمام الجميع؛ فتتكرر الموعظة والتذكرة.

٣- يقوم البعض بتحضير خواطر حول فضل هذا الخُلق.

وأبرزها هذه الحلاوة الخفية التي يجدها كل من التزم به، كما جاء في هذا الأثر الطيب، حتى وإن كان فيه ضعف، ولكن يؤخذ به في فضائل الأعمال.

«النظرة سهم من سهام إبليس مسمومة، فمن تركها من خوف الله أثابه (عَزَّ وَجَلَّ) إيمانًا يجد حلاوته في قلبه»(١).

الدورة الثانية: معاذ الله، أنا لست منهم:

وهي الدورة التي يطالب الفرد فيها نفسه بأن يتأمل كل يوم، ويراجع حديثه (ﷺ) الذي ذكرناه، وهو يصف حال المنتهكين لمحارم الله في غيبة عن عيون الناس، فيخافون المخلوق ولا يخافون الخالق؛ لأنهم ﴿يَسْتَخْفُونَ مِنَ ٱلنَّاسِ وَلَا يَسْتَخْفُونَ مِنَ ٱللَّهِ وَهُوَ مَعَهُمْ إِذْ يُبَيِّتُونَ مَا لَا يَرْضَىٰ مِنَ ٱلْقَوْلِ وَكَانَ ٱللَّهُ بِمَا يَعْمَلُونَ مُحِيطًا﴾ (النساء: ١٠٨).

فإذا استشعر الفرد الرهبة والخجل من الله سبحانه،

---

(١) المستدرك: الحاكم، ج ٤، ص ٣٤٩، برقم ٧٨٧٥، هذا حديث صحيح الإسناد، ولم يخرجاه.

فليردد ﴿ نفسه: (معاذ الله.. أنا لست منهم).

فإذا استشعر هذا السلوك، وتكررت هذه البرمجة النفسية الذاتية أيامًا، فسيثمر هذا فضيلة الخوف منه سبحانه، أو على الأقل سيصنع رابطًا ذهنيًا وعقليًا بين سلوكه وهذا الحديث الشريف، وهذه الآية الكريمة؛ فإذا سمع الحديث أو الآية؛ تذكر الله سبحانه؛ فيخشاه في الغيب وبعيدًا عن الناس، كما يخشاه في الشهادة أمامهم.

ويمكن أن يوثق هذا السلوك بدعاء الشوق: «وأسألك خشيتك في الغيب والشهادة»[1].

ويُوصَ بوضع هذين الحديثين الشريفين والآية كملصقات في كل مكان بالبيت.

الدورة الثالثة: حافظ على محارمك.. واحمِ ذريتك:

وهي دورة هدفها بناء مبدأ الفاعلية الفردية، وقدرة الفرد على تغيير واقعه، والتأثير في الآخرين عن طريق تغيير نفسه.

وأن يستقر في ذهنه مبدأ (الجزاء من جنس العمل).

---

(١) سنن النسائي، ج ٣، ص ٥٤، برقم ١٣٠٥، قال الشيخ الألباني: صحيح.

فإذا رجوته سبحانه أن يحفظ لك محارمك، فراجع ما خزنته في ملفاتك.

وإذا سألته سبحانه أن يحمي ذريتك فانظر إلى ما قدمته من رصيد في بنك العفة.

وحبذا لو تعاون أفراد الأسرة في تجهيز ملصقات تنشر في كل ركن من أركان البيت أثناء هذه الدورة، وتحتوي على هذه الآثار، حتى وإن كان بها ضعف، ولكن تواترها له مغزى وأثر في النفس البشرية: «بروا آباءكم تبركم أبناؤكم، وعفوا تعف نساؤكم»[1].

«لا تزنوا؛ فتذهب لذة نسائكم، وعفوا تعف نساؤكم، إن بني فلان زنوا؛ فزنت نساؤهم»[2].

ولنتدبر هذه الأبيات المفزعة للعلامة المقري:

عِفُّوا تعف نساؤكم في المحرم

وتجنبوا ما لا يليق بمسلم

---

(١) المعجم الأوسط، ج ١، ص ٢٩٩ - برقم ١٠٠٢ .

(٢) كشف الخفاء، ج ٢، ص ٧٢٩، برقم ١٧٣٨، رواه الطبراني عن جابر، والديلمي عن علي مرفوعًا: «لا تزنوا؛ فتذهب لذة نسائكم، وعفوا تعف نساؤكم، إن بني فلان زنوا؛ فزنت نساؤهم». وفي الباب عن غيرهما، وفي البدر المنير للشعراني بلفظ: «عفوا عن نساء الناس تعف نساؤكم، وبروا آباءكم تبركم أبناؤكم». رواه الطبراني وغيره مرفوعًا.

يا هاتكًا حرم الرجال وتابعًا

طرق الفساد تعيش غير مكرمِ

من يزن في قوم بألفي درهمٍ

في أهله يزنى بربع الدرهمِ

إن الزنى دَيْنٌ إذا أقرضتهُ

كان الوفا من أهل بيتك فاعلمِ

الدورة الرابعة: اقلب الصورة.. وتأمل الوجه الآخر للنموذج الجمالي:

ونأتي إلى بيت القصيد.

وهو الهدف العظيم من كل خطوات العلاج.

وهو المفتاح السحري للحل بعونه تعالى.

إنها دعوة للبحث والتأمل في هذه الصور البراقة من الشاطئ الآخر.

لنتعلم ضرورة النظر إلى الشخص بكل جوانبه، خاصة إذا نظر إليه البعض، من زاوية ضيقة براقة، على أنه النموذج الجميل؛ فلا يخدعنا ظاهره عن باطنه.

وهذه من أذكى الدورات التي يجب أن نخاطب بها العقل الباطن، ونغذي اللاوعي عند كل من تعرض لفتنة إحداهن.

ولنقرأ عنهن، وهذا متوافر على صفحات الإنترنت وكثير من المجلات.

وهي ليست دعوة لتتبع الزلات، وليست ذريعة لتتبع العورات؛ وليست دعوة لقراءة الغث وترك الثمين، ولكنها منهجية أقرها الحبيب (ﷺ) وهو يعلمنا كيف نعالج مرض زوغان الأبصار، وذلك بالتشديد على عدم الانخداع بالأمور الظاهرة البراقة على حساب جوهر الأشياء.

ولنتدبر هذه الحادثة المعبرة: «وبينا صبي يرضع من أمه، فمر رجل راكب على دابة فارهة وشارة حسنة، فقالت أمه: اللهم اجعل ابني مثل هذا، فترك الثدي وأقبل إليه فنظر إليه، فقال: اللهم لا تجعلني مثله، ثم أقبل على ثديه فجعل يرتضع. قال: فكأني أنظر إلى رسول الله (ﷺ) وهو يحكي ارتضاعه بإصبعه السبابة في فمه فجعل يمصها. قال: ومروا بجارية وهم يضربونها، ويقولون: زنيت سرقت، وهي تقول: حسبي الله ونعم الوكيل. فقالت أمه: اللهم لا تجعل ابني مثلها، فترك الرضاع ونظر إليها، فقال: اللهم اجعلني مثلها،



فهناك تراجعا الحديث، فقالت: حلقي - أي دعت عليه بأن يوجعه حلقه وجعًا لا يضره - مر رجل حسن الهيئة، فقلت: اللهم اجعل ابني مثله، فقلت: اللهم لا تجعلني مثله، ومروا بهذه الأمَة وهم يضربونها ويقولون: زنيت سرقت، فقلت: اللهم لا تجعل ابني مثلها، فقلت: اللهم اجعلني مثلها، قال: إن ذاك الرجل كان جبارًا، فقلت: اللهم لا تجعلني مثله، وإن هذه يقولون لها زنيت ولم تزن، وسرقت ولم تسرق، فقلت: اللهم اجعلني مثلها»[1].

لهذا إذا تأملنا سير حياة هؤلاء البراقات واللامعات وسلوكياتهن؛ فسنجد الكثير من الخفايا، ومن أبرزها فشلهن الأسري، سواءً مع الأزواج أو مع الأبناء.

سنعرف كم يدفعن من ثمن باهظ مقابل هذه الشهرة وهذه التلميعات، بداية من النظام القاسي في الطعام، إلى افتقاد السلام النفسي، وغياب الراحة النفسية.

وكم من شهيرات انتهين، إما إلى جنون، أو إلى انتحار.

والخلاصة التي سنجدها في نهاية بحثنا أنهن مستحقات للرثاء والازدراء لا الإعجاب والفتنة.

---

(١)رواه مسلم، كتاب: البر والصلة والآداب، برقم ٤٦٢٦ .

ومن أبرز، بل ومن أخطر، ما قرأته في معظم الحالات أنهن غير سعيدات في حياتهن، وقلقات من المستقبل.

ولا ننسى مقولة الحسن البصري (رحمه الله) عن أحوال العصاة: (إن ذل المعصية في رقابهم، أبى الله إلا أن يذل من عصاه).

فإذا نجحت دوراتك الذكية التربوية، فاشمخي برأسك، واعتزي بقيمتك وطالعي:

الخطوة الخامسة: استشعري... دورك القدسي:

إنها دعوة للشموخ الإنساني.

وهي دعوة لكل زوجة أن تعي قدرها، وقيمة وظيفتها، وفضل دورها، بشرط أن تتقن فنون هذا الدور وتعي مهارات تلك الوظيفة القدسية.

وتأملي هذه اللمحات الراقية من الحبيب (ﷺ): «الدنيا متاع وخير متاعها المرأة الصالحة»، وفي لفظ: «الدنيا كلها متاع وخير متاع الدنيا المرأة الصالحة»[1].

قال ابن الغرس: وقد فسرت الصالحة في الحديث بقول النبي (ﷺ): «التي إذا نظر إليها سرته، وإذا أمرها

---

(١) رواه مسلم وأحمد والنسائي وابن ماجه وغيرهم عن ابن عمرو رفعه.

أطاعته، وإذا غاب عنها حفظته في نفسها وماله»[١].

فلِمَ لا تطمعين في أن يضم هذا الركب الطيب المبارك؟!

ألا أخبركم برجالكم من أهل الجنة؟! النبي في الجنة، والشهيد في الجنة، والصدِّيق في الجنة، والمولود في الجنة، والرجل يزور أخاه في ناحية المصر في الله في الجنة؛ ألا أخبركم بنسائكم من أهل الجنة؟ الودود الولود العؤود التي إذا ظلمت قالت: هذه يدي في يدك لا أذوق غمضًا حتى ترضى»[٢].

ومن صفات أصحاب هذا الركب المؤمن:

الصدِّيق: بالتشديد صيغة مبالغة، أي: الكثير الصدق والتصديق للشارع.

والمولود: أي: الطفل الذي يموت قبل البلوغ.

والوَدود: بفتح الواو، أي: المتحببة إلى زوجها.

والوَلود: أي: الكثيرة الولادة، وتعرف هذه الصفة في البكر بأقاربها.

---

(١) كشف الخفاء، ج ٢، ص ٣٠٠، برقم ١٣١٩ .

(٢) الجامع الصغير وزيادته، ج ١، ص ٤٣٧، برقم ٤٣٦٩، قال الشيخ الألباني: حسن. انظر الحديث رقم ٢٦٠٤ في صحيح الجامع.

والعؤود: بفتح العين المهملة، أي: التي تعود على زوجها بالنفع.

التي إذا ظُلِمَتْ، بالبناء للمفعول يعني: ظلمها زوجها بنحو تقصير في إنفاق أو جور في قسم ونحو ذلك، قالت مستعطفة له: هذه يدي في يدك: أي ذاتي في قبضتك، لا أذوق غمضًا، أي نومًا، حتى ترضى عني.

فمن اتصفت بهذه الأوصاف منهن، فهي خليقة بكونها من أهل الجنة)[1].

فإذا أفلحتِ في محاولات اللحاق بأولئك المحظوظات؛ فأكملي مسيرة نجاحك بهذه الخطوة المباركة التي يجب أن تلازمك في كل خطواتك السابقة، وهي:

الخطوة السادسة: استمطري عونه وبركته سبحانه:

التزمي دومًا بطلب التوفيق الإلهي.

وتوجهي بركعتين في جوف الليل، وأرسلي سهام الليل التي لا تخطئ.

ورددي: ﴿رَبِّ ٱجْعَلْنِي مُقِيمَ ٱلصَّلَوٰةِ وَمِن ذُرِّيَّتِي ۚ رَبَّنَا وَتَقَبَّلْ دُعَآءِ ۝ رَبَّنَا ٱغْفِرْ لِي وَلِوَٰلِدَيَّ وَلِلْمُؤْمِنِينَ يَوْمَ يَقُومُ ٱلْحِسَابُ﴾ (إبراهيم: ٤٠، ٤١).

---

(١) فيض القدير، ج ٣، ص ١٠٦، برقم ٢٨٦٧، بتصرف.

وحتى نلتقي على خير وطاعة؛...

أدعو الله الحنان المنان أن يحفظ عشكما المبارك، وأن يجمل كل منكما في عين صاحبه، فيملأ كل منكما عين رفيقه.

(وسبحانك اللهم وبحمدك،

أشهد أن لا إله إلا أنت، أستغفرك وأتوب إليك).



(٧) زوجي الحبيب...
لا تفضح ما ستره الله عليك



«كل أمتي معافى إلا المجاهرين، وإن من المجاهرة أن يعمل الرجل بالليل عملاً، ثم يصبح - وقد ستره الله - فيقول: يا فلان عملت البارحة كذا وكذا، وقد بات يستره ربه، ويصبح يكشف ستر الله عنه»[1].

هكذا جاءت هذه البشارة الطيبة من الحبيب (ﷺ) بأن الأصل والقاعدة الإلهية؛ أننا جميعًا تحت مظلة العفو الرباني عن الزلات، وذلك بفضله ورحمته سبحانه.

ولكن بما أن لكل قاعدة استثناءً، فإن المستثنين من هذه المظلة الربانية العامة هم المجاهرون بالمعاصي والفسوق.

---

(١) صحيح البخاري، ج ٥، ص ٢٢٥٤، برقم ٥٧٢١، وأخرجه مسلم في الزهد والرقائق، باب النهي عن هتك الإنسان ستر نفسه، رقم ٢٩٩٠ .

والغريب - ويا للأسف - أن هؤلاء المستثنين من عفوه (سبحانه) وستره يشذون عن هذه القاعدة برغبتهم وبمحض إرادتهم، بل وباختيارهم، فيفضحون أنفسهم بألسنتهم، وباغترارهم بعفو الحق سبحانه، وباستهتارهم بأعراض الناس، وبظلمهم لأنفسهم.

لمَ لا نستر... أنفسنا؟

تذكرت هذه البشارة، وارتحت لرسالتها النفسية، وأنا أطالع بعض ما ورد إليَّ عبر الهاتف، والبريد الإلكتروني من الأخوات الفضليات، والزوجات الكريمات اللاتي وضعن هذا الهم النسائي في المرتبة السابعة من همومهن.

حيث يصمم الزوج على فتح حديث الذكريات، فيفتح ملفات مغامراته البريئة وغير البريئة قبل الزواج.

هكذا وصلتني الرسالة النفسية الجميلة من خلال تدبر هذا العنوان الطيب، وهي أن سترنا بأيدينا، وافتضاحنا أيضًا بأيدينا.

إذن هي رغبتنا وهو اختيارنا.

وهي مسؤوليتنا الفردية؛ لأن ﴿كُلُّ نَفْسٍ بِمَا كَسَبَتْ رَهِينَةٌ﴾ (المدثر: ٣٨)

فلِمَ لا نغلق أفواهنا على خبايانا؟

ولِمَ لا نطوي ملفات في تاريخنا قد سترها الله علينا؟

ولِمَ ننشر زلاتنا، وقد عفى الله عنها؟

لِمَ لا نستر أنفسنا؟

إنهم يفضحون أنفسهم:

تأملوا معي هذه الصور الغريبة والمتعددة، التي منها:

١- (زوجي الحبيب، لا نجلس جلسة إلا ويفتح أمامي ملف ذكرياته، ويتحدث بإسهاب غريب عن علاقاته النسائية المتعددة، قبل أن يلتقي بي).

٢- (يا إلهي، لقد سئمت هذا الحديث البغيض عن بنت الجيران التي كانت تنتظره إلى أنصاف الليالي؛ لتنعم بنظرة منه أو كلمة سلام صامتة، بل ولا يتحرج من ذكر اسمها أمامي).

٣- (لم أكن أتخيل أن زوجي الطيب الخجول كان «دونجوان» عصره، و«روميو» شبابه؛ من كثرة حديثه عن زميلاته اللاتي كن معجبات به).

٤- (سيدي، لقد فاض بي الكيل، تلك الأسطوانة الكريهة

والمشروخة والمتكررة والمملة، التي يصر زوجي الحبيب على إسماعي إياها عن غرامياته قبل الزواج).

٥- (ليتك يا زوجي الحبيب تعلم أنني أحترمك وأحبك، وأغار عليك، ولكن لا داعي لهذا الصداع المفروض عليَّ، لكي أتابع هذه الأحاديث البغيضة عن بنات العائلة اللاتي كن يذبن في وسامتك، ويهمن بك؟).

٦- (لا أدري كم أم، وكم سيدة بكت أمام زوجي ووالدته؛ كي يتفضل عليها، فيتزوج ابنتها).

٧- (لقد "دَبَّت خناقة" بيننا، وذلك بسبب تصميم زوجي الحبيب، على أن يسمي إحدى بناتنا على اسم حبيبة القلب التي كان متيمًا بها قبل زواجنا).

٨- (لماذا يشعرني زوجي أنه كان معروضًا عليه الكثيرات الجميلات الثريات ذوات الحسب والنسب، حتى جئت أنا المفترسة؛ فانقضضت عليه، كما ينقض النسر القاتل، أو الصقر الجارح على عصفور زينة مسكين مغرد؛ فاختطفته دون تفكير منه، ودون توقع، ودون مشورة، ودون نظر، ودون إرادة ودون...، ودون... لدرجة أنني أحس بأنه يعتبرني دخيلة وماكرة وغاصبة ومفترسة).

٩- (لا أملك الآن إلا أن أصـرخ: ارحمني يا زوجي، فغزواتك قد حفظتها، بل ومستعدة لأن أسمعها لك، وأرددها مئات وآلاف بل وملايين المرات، من دون أن أخطئ).

أرجوك، وأستحلفك بالله الذي ستر عليك صولاتك، وأعفك بي، ورزقنا البنين والبنات، وأكرمك بهذا الوضع الاجتماعي، رفقًا برفيقة دربك).

أسئلة جريئة... ومجرِّئة

تأملت هذه الصور الكريهة، وتذكَّرت ما يحدث في فضائياتنا وفي إذاعاتنا، بل وفي صحفنا ومجلاتنا.

ففي معظم الحوارات التي تجري مع نجوم المجتمع، من فنانين ومطربين وأصحاب فكر، بل ومع أي ضيف؛ أجد هذا الأسئلة التقليدية الجريئة والمجرئة على الخوض في أعراض الناس، وفي هتك ستر المتحدث.

١- ماذا عن تجاربك الشقية مع بنات الجيران؟

٢- ماذا عن حبك الأول؟

٣- كيف كان شعورك مع أول لمسة، وأول همسة، وأول...، وأول....

٤- والآن مشاهدينا في كل مكان، لقد جاء وقت (بروفيل = Profile) ضيفنا العزيز، وشخصية اليوم، حيث سيحدثنا عن أيام الشقاوة، وعن...، وعن...

وهناك أسئلة خبيثة غالبًا ما توجه إلى الشباب:

٥- ما أصعب ورطة حريمي صادفتها في جولاتك على (الشات = Chat)؟

٦- ما أطرف مقلب فعلته في بنات (الشات)؟

وغير ذلك من الأسئلة التي توحي للمشاهد بأن مصاحبة الفتيات والعلاقة بين الجنسين أمر واقع وضرورة لازمة.

وقفات.. وملاحظات

هل تظنون أننا ضخمنا الموضوع؛ بالعكس.. فنحن نحاول أن نغلق بابًا خطيرًا يدخل منه إبليس وجنوده، فيدمرون العلاقات الزوجية.

وقد يستغرب البعض؛ لأننا لا نفرق بين المغامرات البريئة وغير البريئة، وذلك لأنها مقدمات لبعضها البعض، وخطوات تتلوها خطوات أخطر يزينها الشيطان على طريق التجرؤ على محارم الناس وأعراضهم.

خاصة أن المغامرات التي يسمونها بريئة، أقل ما فيها هو عدم غض البصر، والنظرة - كما جاء في الأثر - هي بريد الزنى - فقد قال (ﷺ) لسيدنا علي بن أبي طالب (كرَّم الله وجهه): «يا علي لا تتبع النظرة النظرة؛ فإن لك الأولى، وليست لك الآخرة»(١).

والنظرة العفوية غير المتعمدة لا شيء فيها، والخطر كل الخطر في النظرة الثانية المتعمدة المتفحصة.

ما الآثار السلبية لهذا الهم النسوي؟

يحمل حديث الزوج عن ماضيه أمام زوجته مجموعة رسائل سلبية لها تراكم في عقلها الباحث وتؤثر على علاقتهما.. من هذه الرسائل:

١- زوجتي الحبيبة... لم أزل أحن إلى الماضي الجميل.

٢- لم تستطيعي أن تنسيني سحرهن.

٣- أنت لا تعفينني.

٤- كم أنا نادم على ارتباطي بك، أيتها الدخيلة على حياتي!

٥- أنت كالقيد الذي يكبلني.

---

(١) رواه الترمذي، كتاب الأدب ٢٧٠١، وقال أبو عيسى: هذا حديث غريب لا نعرفه إلا من حديث شريك.

٦- أتصورهن وأتخيلهن وأحلم بهن وأنا جالس معك.

٧- أتعمد جرح مشاعرك بذكري لهن والحديث عنهن.

وتتجمع هذه الرسائل لتشكل آثارًا نفسية مدمرة للزوجة تنعكس على الأسرة بشكل عام.

ثانيًا: ما الحصاد المر لهذه الرسائل الإبليسية السلبية؟

وهي الآثار البعيدة للتأثير التراكمي لوساوس الشيطان اللعين، التي بمرور الوقت تتراكم في العقل الباطن واللاوعي عندهن، ثم لا تلبث أن تفرز آثارها السلوكية المدمرة والمعوجة على شخصياتهن، وتوجه سلوكهن الاجتماعي مع الآخرين، خاصة مع الأزواج الأحباء.

١- ينعدم تقديرها لذاتها.

٢- تغيب ثقتها في زوجها.

٣- تشعر بعدم الأمان الأسري.

٤- تغيب المودة والرحمة بينها وبين زوجها.

٥- تشتعل عندها الغيرة المرضية.

٦- تصاب بالتوتر والعصبية.

٧- كثرة الشجار والخلافات والمشاحنات الزوجية.

٨- تتأثر علاقتها الزوجية الحميمة وتصاب بالبرود الجنسي.

لماذا يحن الزوج إلى ماضيه؟

غالبًا ما يعود الزوج إلى تقليب صفحاته الماضية، ويشعر من خلال ذلك بالإشباع النفسي؛ لعدة أسباب:

١- قد يتعمد الزوج ممارسة هذه الهواية؛ كمجرد رسالة تمرد على سلوكيات الزوجة مع زوجها؛ لعلها تفيق أو ترعوي إذا كانت سيئة الخلق أو مهملة في مظهرها وبيتها.

٢- قد يكون المقصود من سلوك الزوج مجرد الهروب من واقع قاسٍ، أو مشكلة نفسية، وذلك للعيش في أحلام اليقظة!

٣- يلجأ الرجل إلى هذه القصص؛ لمجرد كسب الثقة بالنفس، ولإثبات أهميته، خاصة إذا حاولت الزوجة إضعاف شخصيته، أو حاولت أن تهز ثقته بنفسه بإهانته أو التطاول عليه.

٤- وفي بعض الحالات يكون هذا من سلوكيات الرجل ذي الشخصية الضعيفة، فيحاول صنع هالة من التلميع لشخصيته، قد تشبع حاجته النفسية للشعور بالمكانة والرجولة.

٥- قد يمارس الزوج هذه الهواية، لمجرد إشباع حاجة في نفسه، وعقدة في عقله الباطن؛ فيعيش في أحلام وخيالات يصنعها هو، وتصبح جزءًا من شخصيته؛ ليعوض شعوره بالنقص.

٦- قد تكون هذه القصص التي يرويها الزوج مجرد تقليد أو محاكاة لما يسمعه ويراه فيما تبثه الفضائيات، فيستشعر أنه يحتاج إلى هذه الصفحات في ملف حياته، وذلك ليكمل البناء الاجتماعي لشخصيته، حتى وإن كانت صفحات ملفقة من الخيالات والهواجس وأحلام اليقظة.

كيف تعينين زوجك الحبيب على طي صفحات ماضيه؟

نقدم لك بعض الخطوات الذكية العملية:

الخطوة الأولى: أغلقي الثغرة:

راجعي جيدًا الأسباب التي ذكرناها، ثم قومي بمعالجة الأسباب التي تخصك.

ورتبي الأسباب على أساس أن تبدئي بما هو في يدك، وما هو ممكن، وما هو أيسر لك.

وبمعنى آخر: أغلقي الثغرة التي تأتي منها أخطاء زوجك وسلوكياته، كرد فعل لسلوكياتك.

الخطوة الثانية: اقرئي رسائله الذكية:

استعملي ذكاءك الأنثوي، واقرئي ما بين السطور الحائرة والغاضبة في رسائل زوجك الحبيب.

فإن كانت الرسائل مجرد رد فعل لسلوكياتك: فصححي ما بدر منك.

وإن كانت الرسائل مجرد إشباع لحاجاته النفسية، فلم لا تشبعين أنت هذه الاحتياجات؟

الخطوة الثالثة: املئي عينيه بالسحر الحلال:

وذلك بأن تحاولي دومًا أن تكتشفي ما يحبه، وما يرغبه، وما يسعده، وما يعجبه، وما يهواه في صفات اللاتي يتحدث عنهن.

واكتشفي مقاييس الجمال التي شدته فيهن.

وأشبعي عينيه بهذا السحر الحلال الذي تجيدينه بالفطرة والغريزة.



الخطوة الرابعة: اشغلي فراغه:

بأن تحاولي في كل جلسة من جلساتكما؛ ألا تتركي له فرصة للهروب من بين يديك؛ حتى ولو باستدعاء ما يفتقده عندك، وقد يكون مجرد قدرة إحداهن على الإنصات له، مما أعطاه مساحة للفضفضة والحديث وبث الهموم والشجون، ولم يجد هذه الميزة عند غيرها، والمشكلة أنه افتقد ذلك فيك أنت أيضًا، مما جعله يستدعي الأيام الخوالي، لعلك تفهمين وتتغيرين.

وقد يكون هذا الحنين لماضيه مجرد جهل أو نسيان لما يجره عليه هذا الحديث من آثام وذنوب، وهنا تأتي:

الخطوة الخامسة: الدورات الأسرية... للتذكرة الذكية:

وهي الدورات التي نركز عليها في حل معظم الهموم الزوجية أو كلها.

وذلك لأنها تهدف إلى تحقيق الهناء النفسي والسعادة الأسرية.

وهي تهدف إلى تفعيل المشاركة وبث روح العمل الجماعي بين أفراد الأسرة.

حيث تحاولين عن طريقها تذكرة نفسك وزوجك

الكريم، وكذلك الأبناء الأحباب ببعض الأخلاقيات الراقية، والسلوكيات الطيبة، التي تهدف إلى حفظ اللسان، وعدم الحديث عن الآخرين.

ويجب أن يتم ذلك بشيء من الحكمة والفطنة والذكاء. قولي لزوجك مثلاً في جلسة ود دافئة.... رقيقة:

(لقد لاحظت في حوارات أبنائنا الأحباب، مع بعضهم البعض، بعض الجرأة في الحديث عن أصحابهم، بل وعن زميلاتهم، وعن مقالب الشباب ومغامراتهم، مع بعضهم البعض؛ فأفزعني أن يجرهم الحديث إلى زلات اللسان، والوقوع في أعراض الناس).

فما رأيك أن نذكرهم ببعض القيم الأخلاقية التي تربينا عليها، خاصة ونحن من بيئات محافظة ومتدينة ويعرفنا الجميع بالتزامنا وأخلاقياتنا المميزة والمحمودة.

وما رأيك أن نعيد ترسيخ هذه القيم التي علمتها عنك شخصيًا، وكانت سببًا رئيسًا في إعجابي بك، وإعجابك بي أيضًا؟ وإذا لاحظت حماسه واهتمامه.. فاقترحي عليه تنظيم دورات تربوية ترسل إليهم الرسائل البسيطة غير المباشرة في التربية.

واسأليه: ما رأيك لو أخذنا رأيهم، حتى نتفق عليها جميعًا، فتستمر مثلاً أسبوعًا أو شهرًا على حسب نتائج ترسيخها عندهم وثماره، مع التركيز على خُلق الأسبوع أو الشهر، ووضعه في كل مكان بالمنزل على هيئة ملصق جميل.

فإذا انشرح صدره لحديثك، فضعي الكرة فورًا في ملعبه، حتى يستشعر وضعه وقدسيته واحترامه وسلطته، ليمسك هو زمام الدفة، فيعلن عن عقد جلسة أسرية يشارككما فيها كل الأبناء لأخذ الرأي، ولسماع اقتراحاتهم في كيفية تنفيذ هذه الدورات الذكية التربوية وتفعيلها وإنجاحها

ولتكن على مثال هذه الدورات المباركة:

١ - احصد ما زرعته بلسانك:

وليكن مدار الدورة أن نجيد مهارة حفظ اللسان، ومعرفة خطورة آفات اللسان.

فبلساننا نزرع ما سنحصده يوم القيامة.

ولنحاول تدبر حديث معاذ بن جبل (رضي الله عنه) عندما نصحه (صلى الله عليه وسلم):

«ألا أخبرك برأس الأمر كله وعموده وذروته وسنامه؟».

قلت: بلى يا نبي الله.

فأخذ بلسانه وقال: كف عليك هذا.

فقلت: يا نبي الله، وإنا لمؤاخذون مما نتكلم به؟!

فقال: «ثكلتك أمك يا معاذ، وهل يكب الناس في النار على وجوههم، أو على مناخرهم إلا حصائد ألسنتهم؟!» [1]

٢- احذر... الرافعة الخافضة:

وعن طريقها نتعلم قيمة الكلمة، وخطورة اللفظة الواحدة، وكيف أنها إما أن ترفعنا، أو تهوي بنا والعياذ بالله.

ونحاول أن نتقن مهارة وزن كلماتنا قبل النطق بها.

«إن العبد ليتكلم بالكلمة من رضوان الله لا يلقي لها بالاً، يرفعه الله بها درجات، وإن العبد ليتكلم بالكلمة من سخط الله لا يلقي لها بالاً؛ يهوي بها في جهنم» [2].

٣- قس إيمانك.. بكلامك:

وفيها نركز على اكتساب الجانب المعرفي، وهو معرفة

---

(١) سنن الترمذي، ج ٥، ص ١١، برقم ٢٦١٦، قال أبو عيسى: هذا حديث حسن صحيح. قال الشيخ الألباني: صحيح.

(٢) صحيح البخاري، ج ٥، ص ٢٣٧٧، برقم ٦١١٢.

مقاييس إيماننا بالله واليوم الآخر ومعاييره، وكذلك اكتساب فن القول الطيب أو الصمت.

«من كان يؤمن بالله واليوم الآخر؛ فلا يؤذِ جاره، ومن كان يؤمن بالله واليوم الآخر؛ فليكرم ضيفه، ومن كان يؤمن بالله واليوم الآخر؛ فليقل خيرًا أو ليصمت»(١).

٤- تخيل نفسك.. في هذا الموقف:

أي لا تضيع الفرصة، فإما أن تتعلم كيف تستر نفسك، بحفظ لسانك، أو هي الفضيحة المزلزلة.

عن صفوان بن محرز المازني قال: بينما أنا أمشي مع ابن عمر (رضي الله عنه)؛ آخذ بيده، إذ عرض رجل، فقال: كيف سمعت رسول الله (صلى الله عليه وسلم) في النجوى؟

فقال: سمعت رسول الله (صلى الله عليه وسلم) يقول: «إن الله يدني المؤمن، فيضع عليه كنفه، ويستره فيقول: أتعرف ذنب كذا، أتعرف ذنب كذا؟

فيقول: نعم، أي رب؟

حتى إذا قرره بذنوبه، ورأى في نفسه أنه هلك؛ قال: سترتها عليك في الدنيا، وأنا أغفرها لك اليوم، فيعطى كتاب

---

(١) صحيح البخاري، ج ٥، ص ٢٢٤٠، برقم ٢١٥٣، وأخرجه مسلم في الإيمان، باب الحث على إكرام الجار والضيف، رقم ٤٧ .

حسناته، وأما الكافر والمنافق، فيقول الأشهاد: ﴿هَٰٓؤُلَآءِ ٱلَّذِينَ كَذَبُواْ عَلَىٰ رَبِّهِمْۚ أَلَا لَعۡنَةُ ٱللَّهِ عَلَى ٱلظَّٰلِمِينَ﴾ (هود: ١٨)[1]

فليجلس كل فرد ولو للحظات، ويتخيل نفسه في هذا الموقف الشديد، ويتخيل ما سيقع بين الله تعالى وبينه يوم القيامة من إطلاعه على معاصيه سرًا، فضلاً منه سبحانه.

وكيف يقترب من الحق سبحانه، وكيف يضع عليه كنفه، أي يستره ويحفظه، بعد أن ظن أنه قد افتضح وهلك؛ باستحقاقه العذاب على ذنوبه.

ثم يتخيل الأشهاد، أي جمع شاهد وشهيد، وهم الرسل والملائكة والمؤمنون من الإنس والجن، وهم يعلنون الفضيحة، ويبشرون الهالك باللعنة.

فإذا نجحتم في هذه الدورات الطيبة؛ فاستعيني بالوقود الدائم اللازم في كل خطواتك السابقة، وهي:

الخطوة السادسة: لا تنس سهام الليل:

وذلك بصلاة ركعتين في جوف الليل، وإرسال سهام الدعاء التي لا تخطئ.

---

(١) صحيح البخاري، ج ٢، ص ٨٦٢، برقم ٢٣٠٩، وأخرجه مسلم في التوبة قبول توبة القاتل، وإن كثر قتله، رقم ٨، ٢٧٦٨ .

ورددي دعاء المؤمنين الخاشعين المستورين:

﴿رَبَّنَآ إِنَّكَ مَن تُدْخِلِ ٱلنَّارَ فَقَدْ أَخْزَيْتَهُۥ ۖ وَمَا لِلظَّٰلِمِينَ مِنْ أَنصَارٍ ۝١٩٢ رَّبَّنَآ إِنَّنَا سَمِعْنَا مُنَادِيًا يُنَادِى لِلْإِيمَٰنِ أَنْ ءَامِنُوا۟ بِرَبِّكُمْ فَـَٔامَنَّا ۚ رَبَّنَا فَٱغْفِرْ لَنَا ذُنُوبَنَا وَكَفِّرْ عَنَّا سَيِّـَٔاتِنَا وَتَوَفَّنَا مَعَ ٱلْأَبْرَارِ ۝١٩٣ رَبَّنَا وَءَاتِنَا مَا وَعَدتَّنَا عَلَىٰ رُسُلِكَ وَلَا تُخْزِنَا يَوْمَ ٱلْقِيَٰمَةِ ۗ إِنَّكَ لَا تُخْلِفُ ٱلْمِيعَادَ﴾ (آل عمران: ١٩٢ - ١٩٤).

✽✽✽

(٨) زوجي الفاضل... لماذا تجبرني على كراهيتك؟

﴿وَكَيْفَ تَأْخُذُونَهُۥ وَقَدْ أَفْضَىٰ بَعْضُكُمْ إِلَىٰ بَعْضٍ وَأَخَذْنَ مِنكُم مِّيثَـٰقًا غَلِيظًا﴾ (النساء: ٢١).

هكذا عقب القرآن الكريم على قضية الخلاف بين الزوجين حول الأمور المادية عند الفراق باستفهام غرضه التوبيخ والإنكار ورفض ظلم الزوج لزوجته ماديًا عند طلاقها.

وهكذا تنزلت هذه التوجيهات الراقية، والتشريعات الرفيعة لإنصاف المرأة، ورفع الظلم عنها.

لقد كانت الجاهلية العربية - مثل سائر الجاهليات - تعامل المرأة معاملة سيئة، لا تعرف لها حقوقها الإنسانية، فتنزل بها عن منزلة الرجل نزولاً شنيعًا بحيث تصير أشبه بالسلعة منها بالإنسان، وتتخذ منها وسيلة تسلية ومتعة بهيمية، وتطلقها فتنة للنفوس، وإغراءً للغرائز، ومادة للشهوة والغزل العاري المكشوف.

ولما جاء الإسلام رفع عنها هذا كله، وردها إلى مكانها الطبيعي في كيان الأسرة، وإلى دورها المقدس في نظام الجماعة البشرية، ورفع مستوى المشاعر الإنسانية في الحياة الزوجية من المستوى الحيواني الهابط إلى المستوى الإنساني الرفيع، يظللها الاحترام والمودة والتعاطف والتجمل، ووثق الروابط والوشائج، فلا تنقطع عند الصدمة الأولى، وعند الانفعال الأول.

فالإسلام ينظر إلى البيت بوصفه سكنًا وأمنًا وسلامًا، وينظر إلى العلاقة الزوجية بوصفها مودة ورحمة وأنسًا، ويقيم هذه العلاقة على الاختيار المطلق، كي تقوم على التجاوب والتعاطف والتحابّ.

إن العقيدة الإيمانية هي وحدها التي ترفع النفوس، وترفع الاهتمامات، وترفع الحياة الإنسانية عن نزوة البهيمة، وطمع التاجر، وتفاهة الفارغ.

ولكن إذا تبين بعد الصبر والتحمل والمحاولة والرجاء أن الحياة غير مستطاعة، وأنه لابد من الانفصال، واستبدال زوج مكان زوج، فعندئذ تنطلق المرأة بما أخذت من صداق، وما ورثت من مال، لا يجوز استرداد شيء

منه، ولو كان قنطارًا من ذهب، فأخذ شيء منه إثم واضح، ومنكر لا شبهة فيه.

ومن ثم؛ كانت هذه اللمسة الوجدانية العميقة، في تعبير موحٍ عجيب.

فهناك حشد من التصورات والظلال والمشاعر والعواطف يرسمه ذلك التعبير الموحي العجيب ﴿وَقَدْ أَفْضَىٰ بَعْضُكُمْ إِلَىٰ بَعْضٍ﴾ (النساء: ٢١)، فيتضاءل إلى جواره ذلك المعنى المادي الصغير، ويخجل الرجل أن يطلب بعض ما دفع، وهو يستعرض في خياله وفي وجدانه ذلك الحشد من صور الماضي، وذكريات العشرة في لحظة الفراق الأسيف.

ثم يضم إلى ذلك الحشد من الصور والذكريات والمشاعر عاملاً آخر، من لون آخر: ﴿وَأَخَذْنَ مِنكُم مِّيثَاقًا غَلِيظًا﴾ (النساء: ٢١)؛ هو ميثاق النكاح، باسم الله، وعلى سنة رسول الله، وهو ميثاق غليظ لا يستهين بحرمته قلب مؤمن، وهو يخاطب الذين آمنوا، ويدعوهم بهذه الصفة أن يحترموا هذا الميثاق الغليظ[1].

---

(١) في ظلال القرآن، سيد قطب، آيات النساء (١٩- ٢١).

حتى لا ننسى قيمتنا الإنسانية

تذكرت هذه الإيحاءات المعبرة، والتلميحات الموحية التي تشع من خلال تدبر هذه الآية الكريمة، وهي تبرز قيمة الإفضاء في العلاقة الزوجية وقدسيته.

ومعروف أن الإفضاء هو الوصول إلى الشيء من غير واسطة.

ولكنه هنا اكتسب بُعدًا قدسيًا راقيًا، يجب أن يوضع في اعتبار الزوج عندما ينزل بمطالبه المادية، فينزل بقيمته الإنسانية، وينسى لحظات السمو السامق التي تثيرها تلك الذكريات الحميمية، التي تشعها المعاني اللانهائية لهذا الإفضاء الزوجي.

لذا؛ فإنني لم أجد أفضل من هذه الإشراقات الراقية، بينما كنت أفكر في مدخل طيب إلى هذا الهم النسوي المؤلم.

وذلك حتى لا ننسى - في غمار خلافاتنا الأسرية ومشاحناتنا الزوجية - قيمتنا الإنسانية التي ارتفعنا إليها بزواجنا والتقاءاتنا الودود، واجتماعاتنا الحميمية، بل وكل إفضاءاتنا.

وكذلك، حتى لا ننزل بأنفسنا، ونخسر ذاتيًا.

أيها الرجل... احذر الثمرة المرة:

ارتعشت كلماتي الحائرة على لساني، ودمعت عيناي وأنا أستمع إلى محدثتي الفاضلة، التي حضرت إلى مركزي لأفحص ابنتها ذات الخمسة عشر ربيعًا.

فعندما سألتها عن تاريخ ابنتها المرضي، وقد استشعرت أن من أبرز أسبابه الاضطرابات النفسية، والتوترات الأسرية، لم يكن منها إلا أن تنهدت، وانطلقت كلماتها الحزينة والغاضبة، وكأنها انفجار بركاني: (حقًا ولقد أصبت، سامح الله أباها، إنه السبب في كل همومنا وكل أمراضنا جميعًا).

تخيل بعد هذا العمر الطويل وبعد هذه الثمار الطيبة لزواجنا، وهي ثلاث زهرات جميلات، فإنه يصر دومًا على إهانتي أمامهن، ويسمعني أقصى الألفاظ، وينتقد كل شيء أفعله: الطعام، وملابسي، وزينتي، بل وخلقتي، حتى وصل به الأمر إلى محاولة إيذائي وضربي أمام بناتي.

وهو كذلك لا ينسى أن يوزع قساوته وشتائمه على بناته.

ولقد فوجئت أثناء مرضه أن مديره في عمله، وأثناء زيارته له مع بعض زملائه، نظر إليَّ بأسى، وقال: لقد أراحنا الله طوال فترة مرضه من سماع بذاءاته، وسوء سلوكياته.

لقد أصابتني مختلف الأمراض، وكذلك زهراتي؛ بسبب سلوكياته معنا، لدرجة أنني أنا وبناتي نفرح كثيراً لسفره، ونتجنب جلساته.

ولا تعجب كذلك إذا صرحت لك بأننا أصبحنا نغتم ويركبنا الهم بمجرد دخوله البيت.

ولا تعجب أيضًا إن أسررت إليك بأنني أكرهه، بل وأدعو الله أن يخلصني منه بأي طريقة.

كانت هذه الشكوى هي البداية لفتح ملف نوع قاسٍ من الهموم النسائية، وهو يختلف كثيرًا عن الهموم السابقة، بل يعد من أخطرها؛ وذلك لأنني وجدت محصلته النهائية، وثمرته المرة هي: البغض، والكراهية، والحقد.

شكاوى... شاذة

وعندما تأملت الصور العديدة لهذا الهم النسوي؛ ذهلت لنوعية هذه الشكاوى الشاذة.

وأقول: شاذة؛ لأنها أبعد ما تكون عن المعنى الودود الشفوق الرقيق والمقصود من هذه الآية الكريمة: ﴿وَمِنْ ءَايَـٰتِهِۦٓ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَٰجًا لِّتَسْكُنُوٓا۟ إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً ۚ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَـَٔايَـٰتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ (الروم: ٢١)

فالزواج آية ونعمة مثلها مثل آياته (ﷻ) في خلق السماء والأرض، وفي تعاقب الليل والنهار، وفي دوران الشمس والقمر، وفي الكون، بل وفي الوجود كله، مثل: نعمة خلقه الرجل والمرأة من جنس بشري واحد حتى يحدث التجانس والتعاون والتوافق، والسكن والراحة النفسية.

ونعمة المودة والرحمة، وسواءً قيل: إن المودة هي الجماع والرحمة هي الولد؛ أو إن المودة هي ميل الرجل لامرأته، والرحمة هي رحمته بها؛ فإنها كلها معانٍ توحي بنعمة التآلف والألفة بين الزوجين.

ولكن تأملوا معي هذه الصور الغريبة والشاذة والمتعددة، التي من أخطرها:

١- زوجي الفاضل.. أعيش معه فقط؛ لأنه - كما يقولون -: (ظل رجل ولا ظل حيطة)، وأقسم لك بأن هذه الحيطة أحب إليَّ وأقرب إليَّ منه، فهي على الأقل لا تهينني، ولا تسمعني كل يوم - أقصد كل ليلة؛ لأنني لا أراه إلا ليلاً - أقذر الألفاظ، وأقسى الكلمات، وأغرب الشتائم، على أي خطأ حتى ولو كان مجرد صراخ وليدي المسكين، ولعل هذا الملاك يصرخ ليقول لوالده الفاضل: (كفاية حرام عليك).

٢- لقد ابتليت بزوج كم حذروني من بخله وجفافه قبل الزواج، ولكنها أقدار الله، أو هي (قسمة ونصيب).
فلا يمر يوم إلا ويسيء معاملتي، ويقتِّر عليَّ، بل ويهددني بالطلاق.

٣- لقد ابتلاني الله بزوج - هداه الله - يتعاطى المخدرات، ويسيء معاملتي، حتى وصل الأمر إلى الضرب والإيذاء البدني، وكم من مرة أغضبني وطردني إلى بيت أهلي، ثم لا يلبث أن يجيء إليَّ ويعتذر ويردني، ولا أملك إلا الصبر، وذلك من أجل أبنائي.

٤- هل جربت يومًا أن تعيش مع عدوك؟

هل تخيلت يومًا أن تنام في أحضان قاتلك؟

هل تصورت يومًا أن تعاشر من تشمئز من أنفاسه؟

هل فكرت يومًا أن تجالس من تكرهه؟

هل تمنيت يومًا الموت، وفضلت الموت على الحياة مع من تبغضه؟

هل جاء إلى ذهنك يومًا أن تعايش من تحتقره؟

هكذا هي حياتي - أقصد جحيمي - مع زوجي الفاضل، الذي لا يمر يوم، بل لحظة، إلا وإهاناته وشتائمه، وإيذاءاته البدنية تلاحقني وتطاردني؛ حتى ظننت أنه يتعمد دفعي دفعًا للانتحار، والعياذ بالله.

٥- هذه رسالتي الأخيرة، وأرجو ألا تعتبرها مجرد فضفضة زوجة مهمومة، أو استجابة سرية خجول لسؤالكم عن هموم الزوجات، بل اعتبرها بلاغًا عاجلاً.

إن زوجي العزيز يقتلني كل يوم.

لا تعجب من هذه التهمة أو الجريمة الإنسانية.

لقد كنت - مثلك ومثل كل الطيبين - كثيرًا ما أسمع

عن كبيرة القتل، وحد القتل، وجزاء مرتكبيه.

ولم أكن أتصور أن هذه الكبيرة - على شناعتها - أهون كثيرًا مما أنا فيه.

فكلكم، أيها الطيبون، تعرفون جيدًا هذا القتل المادي أو الجسدي، ذلك القتل الذي يحدث مرة وتنتهي هذه الحياة.

أما أنا يا سيدي، فأتعرض يوميًا لجرائم قتل بشعة من نوع آخر على يد زوجي الفاضل، هذا النوع الذي لا تعرفونه، ولا تتصورونه، ولا تتخيلونه، فلعلكم - والحمد لله - لم تجربوه.

إنه يقتلني ببطء وإصرار من خلال:

حزم كريهة من الإهانات.

وجرعات نشطة من الشتائم.

وسلال بغيضة من السباب.

وكميات سامة من الإيذاءات النفسية.

وعبوات شنيعة من الاعتداءات البدنية.

كل هذا يحدث أمام أبنائي، بل وأمام الآخرين، خاصة أهلي وأقاربي.

إنه يدوس يوميًا زهور حياتي، إنه يمزق في كل لحظة أوراق أشجاري النفسية الذابلة، إنه - يا أخي الفاضل - القتل المعنوي.

فهو يقتل كرامتي.. يقتل إنسانيتي.. يقتل المودة والرحمة.. وهو....، و.....، و.....

وحسبي الله ونعم الوكيل.

٦- زوجي الفاضل.. أشعر أنه أكبر عدو لنفسه، وليس لي فقط.

لقد أشعرني منذ زمن أنه يكرهني، ويعاديني بإهاناته المستمرة، وشتائمه القاسية، ويعيرني بأفراد من عائلتي، كان حظهم وحظنا السيئ أنه عرف بعض أسرارهم الأسرية.

وأستشعر مدى كراهيته لي، خاصة عندما يهينني أمام أبنائي وعائلتي.

فسامحني يا سيدي، لقد صبرت من أجل المحافظة على أسرتي وسمعته، حتى فاض بي الكيل.

ولكنني اكتشفت كم هو عدو لنفسه، يجبرني ويجبر أبناءه، وكذلك عائلتي على كراهيته وبغضه، وتمني عدم رؤيته، بل وتمني هلاكه.



لقد صرت أصاب بنوبات من القيء عندما تقترب مني أنفاسه، وكأنها سياط من النيران يجلدني بها.

وأصبحت أتقزز من رائحته عندما يقترب مني، ولكنني أضغط على نفسي وأتحمل.

ولكن إلى متى، وقيد الأبناء والمحافظة على بيتي يكبلني ويمنعني من الشكوى للآخرين؟!

إن ما يصبرني الآن هو رجاء ثواب الآخرة، وهو الذي يمنع انفجاري.

وأستغفر الله العظيم على شعوري المؤلم الذي يتنامى يومًا بعد يوم تجاهه، فلقد أجبرنا ودفعنا دفعًا إلى كراهيته.

وإنا لله وإنا إليه راجعون.. اللهم أجرني في مصيبتي، واخلفني خيرًا منها.

ما الآثار السلبية لهذه الهموم؟

عندما استحضرت أهم ما جاء حول هذا الهم الزوجي، هالتني خطورة آثاره السلبية، التي لم تكن كآثار الهموم السابقة، ولم تصل إلى درجة خطورتها وبشاعتها.

أولاً: ما الرسائل السلبية؟

نقصد بها تلك الرسائل السلبية لسلوكيات الزوج، وآثارها المرة على الزوجة، ثم على علاقتهما الزوجية.

إن أقسى هذه الآثار السلبية هي تلك الانطباعات الصامتة التي تتراكم في عقل الزوجة الباطن واللاواعي من أقوال الزوج وأفعاله عندما يمارس هذه الإهانات اللفظية وغير اللفظية معها.

خاصة إذا انعدم الحوار، وتعطلت لغة الكلام، وغابت الصراحة والمواجهة السلمية بين الزوجين، من هذه الانطباعات:

١- زوجتي العزيزة، إني أكرهك.

٢- أنا لا أريدك.

٣- أنا لا أحترمك.

٤- أنت بلا قيمة عندي.

٥- أنا أحتقرك.

٦- أنت لا تساوين عندي شيئًا.

٧- أنت تواجهينني وظهرك للحائط.

٨- أنت لا تملكين البديل، فإما بيتي وأبنائي أو الشارع.



٩- هذه هي سياستي حتى تموتي ببطء (نهايتك على إيدي).

١٠- أنت أضعف وأهون وأقل من أن تقاوميني.

١١- هذه هي حياتنا (واللي مش عاجبه يشرب من البحر).

١٢- لا مفر (وأعلى ما في خيلك اركبيه).

ثانيًا: ما الحصاد المر لهذه الرسائل الشيطانية السلبية؟

لقد أفزعني هذا الحصاد المر والمدمر الذي يتلخص في:

١- انعدام ثقة الزوجة بنفسها وتقديرها لذاتها.

٢- غياب الثقة.

٣- استشعار الزوجة عدم الأمان مع زوجها.

٤- غياب المودة والرحمة بين الزوجين.

٥- ظهور الأمراض النفسية والجسدية عند الزوجة والأبناء.

٦- تنامي روح البغضاء والكراهية والحقد بين الزوجين.

٧- ظهور أمراض العلاقة الحميمية الزوجية، مثل البرود الجنسي.

٨- إصابة الأبناء بالأمراض النفسية.



فماذا عن الأسباب؟

غالبًا ما يعود هذا السلوك الزوجي لعدة أسباب:

١- التأثر بالأب:

فقد يمارس الزوج هذه الإهانات نتيجة لتأثير الرسائل السلبية لسلوك والده مع والدته، فيستعشر في عقله الباطن أن الرجولة لا تكتمل إلا بتصغير الزوجة واحتقارها، ويوجهه دومًا (شبح سي السيد).

٢- الشعور النفسي بالنقص:

حيث يمارس الزوج هذه الهواية؛ لمجرد إشباع حاجة في نفسه، وعقدة في عقله الباطن، فقد تكون الزوجة أعلى منه نسبًا أو علمًا أو شهرة؛ فيحاول أن يعيش في أحلام وخيالات يصنعها هو، بل تصبح جزءًا من شخصيته بأنه الأقوى والأفضل ليعوض هذا الشعور بالنقص.

٣- رسائل العناد:

إذ يتعمد الزوج ممارسة هذه الإهانات كمجرد رسالة تمرد على سلوكيات الزوجة معه؛ لعلها تفيق أو تنتهي.



٤- رسائل الهروب:

فيكون المقصود من سلوك الزوج مجرد هروب من واقع قاسٍ، أو مشكلة نفسية، وذلك للعيش في أحلام اليقظة.

٥- البحث عن الثقة في النفس:

فقد يلجأ الرجل إلى هذه السلوكيات لمجرد كسب ثقته بنفسه، ولإثبات أنه يمتلك السلطة والسيادة والأهمية.

٦- المستوى العلمي والفكري:

فقد تكون هذه السلوكيات سمة لمستوى الزوج العلمي والفكري.

حيث تُتوارث من جيل إلى جيل في مستويات معينة ومعروفة، وذلك كعرف أو موروث بيئي.

٧- ثقافة المهنة:

فقد تشيع هذه السلوكيات في مهن بعينها.

فما الحل؟

والآن عزيزتي الزوجة.. ما الآليات العملية التي تساعدك على إتقان فن ترويض الزوج الشرس؟

أو كيف تعينين زوجك العزيز على حسن معاملتك؟

أقدم لك بعض القواعد الذكية، والنصائح المخلصة العملية التي تعينك على اكتساب مهارات وفنون جعل الزوج حسن المعاشرة.

القاعدة الأولى: هذا... وإلا فالدمار:

وهي القاعدة الذهبية في حل أي مشكلة، خاصة المشاكل الزوجية.

وهي تقدم لك نصيحة غالية بأن تقفي وقفة جادة وحازمة، ثم تسألي نفسك:

ما الحل؟

أو كما يقولون: (وآخرتها؟).

إلى متى سأتعامل بسلبية؟

ألست أنا أكثر من يتضرر من هذه المشكلة؟

ألست أنا أحق الناس بالمبادرة بالحل؟

أليس مثلي كمثل المجادلة خولة بنت ثعلبة (رضي الله عنها)، التي عانت كثيراً من سوء معاملة زوجها أوس بن الصامت (رضي الله عنه)، فلم يمنعها هذا من أن تذهب بسرعة وبجدية إلى الحبيب (صلى الله عليه وسلم)، فتشكو وتحاور وتجادل وتقترح حلولاً

رائعة لحل مشكلتها، فاستفادت وأفادت كل النساء بعدها.

وحتى متى سأجلس في ركني باكية، وأتقاعس بعيون دامعة، وأحوقل وحدي شاكية، بينما أرى أمامي كل يوم، بل وكل لحظة نفسي تتهاوى، وحياتي تتزعزع، وأسرتي تتصدع، ومستقبلنا يتحطم؟!

ومن ثمرات هذه القاعدة الطيبة: إثارة الدوافع الذاتية لحل المشكلة، والاعتماد على النفس في البحث عن حلول، والأخذ بكل الأسباب من هذا المنطلق.

القاعدة الثانية: انظري إلى مرآتك:

هذه هي الحركة المباركة الحتمية.

وتلك هي البداية الإيجابية لعلاج أية مشكلة ولإصلاح أي خطأ.

وهي محاولة للاستنصاح "بالنفس اللوامة"؛ فهي أقرب الخلق إليك، وأخلصهم، وأصدقهم.

ولهذا أدعوك إلى أن تجلسي وحدك، ومع نفسك فقط في جلسة مراجعة نفسية صريحة وجريئة.

انظري في مرآتك الخاصة، واكتشفي عيوبك



الشخصية، ولا تداهني نفسك.

وذلك بأن تراجعي الأسباب التي ذكرناها جيداً.

وتضعي يدك على الأسباب التي تخصك والتي أنت مصدرها.

رتبي هذه الأسباب على حسب أولوياتها.

وابدئي فوراً وبجدية وذكاء بوضع برنامج لتصحيح ما هو في يدك، وما هو ممكن، وما هو أيسر لك، والتزمي ببرنامجك، وبالتدريج حاولي علاج أخطائك، وعلى طريقة الخطوة خطوة.

والثمرة الطيبة التي ستجنينها عند تنفيذ هذه القاعدة هي أن تحسني سلوكياتك، وتعالجي أخطاءك، التي من الممكن أن تكون سلوكيات زوجك مجرد رد فعل لها.

القاعدة الثالثة: لا تتعامي عن رسائله الخفية، أي كوني ذكية ولماحة:

أو كما يقولون: (تفهميها وهي طايرة).

فلا تتعاملي مع إهانات زوجك العزيز بسطحية – ولا أقول باستغباء –!

بل استعملي ذكاءك الأنثوي، وحاولي اكتشاف الخلفية الدفينة التي تغيظ زوجك، والتي تغطيها سلوكياته الظاهرة، وتترجمها إهاناته القاسية.

القاعدة الرابعة: التزمي بواجباتك وحقوقه:

ولا تمنعيه من حقوقه الشرعية.

ومن ثم لا تجعلي هذه الإهانات سببًا في إهمالك لمظهرك، ولا يصح أن يكون حنقك عليه سببًا في إهمالك له وللبيت وللأبناء، وكل ما يخصهم.

ولا يعقل أن يكون تجنبك له مدخلاً لمنعه من حقوقه الزوجية الخاصة.

لا تعالجي خطأه بخطئك.

ومن أهم حقوقه: ألا يرى منك إلا ما يسره.

واعلمي أن الإنسان يهتم بنفسه لنفسه، ولقناعته أن الاهتمام بالمظهر هو من أهم سمات الشخصية السوية.

فقد دخلت بكرة بنت عقبة على عائشة بنت أبي بكر (رضي الله عنها)؛ فسألتها عن الحناء.

فقالت: شجرة طيبة وماء طهور.

وسألتها عن الحفاف - أي إزالة الشعر-.

فقالت لها: إن كان لك زوج؛ فاستطعت أن تنتزعي مقلتيك - أي عينيك - فتضعيهما أحسن مما هما فافعلي[1].

ومن الثمار الطيبة لهذه القاعدة: كسب رضاء الله (ﷻ)، واحتساب الأجر عند الله، وباقات الرسائل الإيجابية التي سيستقبلها الأبناء - وكذلك زوجك - عنك حول عقلك، وصبرك، ومدى التزامك، وبفعل التأثير التراكمي لهذه الرسائل الإنسانية الراقية؛ سيستشعر زوجك الفاضل كم هو صغير أمامك وأمام أبنائك، وكم أنت كبيرة وأصيلة.

القاعدة الخامسة: تقبلي الدعوة إلى المقام الرفيع:

وهي منارة هادية تذكرك بالسلوكيات السامية الرفيعة، وثوابها العظيم.

وتدعوك للتمسك بأرقى سمات عباد الرحمن ﴿وَإِذَا خَاطَبَهُمُ ٱلْجَٰهِلُونَ قَالُواْ سَلَٰمًا﴾ (الفرقان: ٦٣)، فهم الذين يرتفعون ويتسامون فوق جهل الجاهلين، خاصة إذا كان رفيق العمر.

---

(١) أحكام النساء، ابن الجوزي، ٣٤٣ .

ولا ينزلقون مع الحمقى في انفعالهم، بل يضبطون ردودهم بالحلم والصفح.

ولا ينزلون لمستوى طيش المهاترين؛ فيسلمون عليهم، حتى وإن قاطعوهم، بل وإن جهلوا عليهم.

ويترفعون عن مجادلات السفهاء فلا يردون بالمثل بما يكرهون، بل لا يقولون إلا القول السديد الصائب.

ومن فوائد تلبية هذه الدعوة: الرقي الإيماني، والطمع في رفقة أصحاب المقام الرفيع في الجنة ﴿أُوْلَٰٓئِكَ يُجۡزَوۡنَ ٱلۡغُرۡفَةَ بِمَا صَبَرُواْ وَيُلَقَّوۡنَ فِيهَا تَحِيَّةٗ وَسَلَٰمًا ۝ خَٰلِدِينَ فِيهَاۚ حَسُنَتۡ مُسۡتَقَرّٗا وَمُقَامٗا﴾ (الفرقان: ٧٥، ٧٦)

وكذلك استشعار العلو الأخلاقي، ثم المحافظة على البيت والأبناء.

القاعدة السادسة: هو .... أم يهود؟!

وتدبري هذه الدعوة الربانية: ﴿يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ كُونُواْ قَوَّٰمِينَ لِلَّهِ شُهَدَآءَ بِٱلۡقِسۡطِۖ وَلَا يَجۡرِمَنَّكُمۡ شَنَـَٔانُ قَوۡمٍ عَلَىٰٓ أَلَّا تَعۡدِلُواْۚ ٱعۡدِلُواْ هُوَ أَقۡرَبُ لِلتَّقۡوَىٰۖ وَٱتَّقُواْ ٱللَّهَۚ إِنَّ ٱللَّهَ خَبِيرُۢ بِمَا تَعۡمَلُونَ﴾ (المائدة: ٨)

فهي دعوة ونداء رباني للإنصاف والقيام بالعدل لله مع المخالفين، بحيث لا تدفعنا كراهيتنا للبعض إلى ترك العدل والإنصاف معهم.

ولهذا، كان عبد الله بن رواحة (رضي الله عنه) لما بعثه النبي (ﷺ) يخرص على أهل خيبر ثمارهم وزرعهم، فأرادوا أن يرشوه ليرفق بهم؛ فقال: والله لقد جئتكم من عند أحب الخلق إليَّ، ولأنتم أبغض إلي من أعدادكم من القردة والخنازير، وما يحملني حبي إياه وبغضي لكم؛ على ألا أعدل فيكم.

فقالوا: بهذا قامت السموات والأرض.

حقًا، فالحق ما شهدت به الأعداء، ولو كانوا أبناء القردة يهود.

فما بالك إذا شهد بفضلك وعدلك وأصلك زوجك الفاضل.

القاعدة السابعة: انظري إلى الجهة الأخرى من الشاطئ:

فلا يحملنك هذا الغضب من أحد جوانب شخصية زوجك الحبيب على أن تتعامي عن جوانبه الطيبة الأخرى.

وانظري إلى هذه النصيحة من الحبيب (ﷺ) للزوجين: «لا يَفْرَكْ - أي لا يبغض - مؤمن مؤمنة؛ إن كره منها خلقًا رضي منها آخر أو قال غيره»[١].

القاعدة الثامنة: أنفقي من رصيدك المبارك:

وهذه القاعدة الطيبة تتوسم فيك الخير، وتحسن الظن بك، فأنت التي بادرت - كما فعلت قدوتك خولة (رضي الله عنها) - عندما آلمك زوجك الفاضل، وقسا عليك، فتساءلت وبثثت لنا همومك، وخشيت على كيان أسرتك، فبادرت باتباع هذه القواعد الذكية الطيبة، وذلك حتى تحافظي على علاقتك بزوجك، وتحمي مملكتك من الانهيار.

وهذه الغيرة على أسرتك، وهذا التحرك الإيجابي له منطلق، هو علمك العميق بآثاره وحصاده المر.

ونحسبه يفوق علم زوجك الفاضل أو درايته بأخطار سلوكياته وآثارها عليك، وعلى أبنائه.

وهذا هو الرصيد الذي تحملينه في عقلك الكبير، وفي قلبك الطيب، وفي صدرك الواسع، وهذا هو الفارق بينكما.

---

(١) صحيح مسلم، ج ٢ - ص ١٠٩١، برقم ١٤٦٩ .

﴿قُلۡ هَلۡ يَسۡتَوِي ٱلَّذِينَ يَعۡلَمُونَ وَٱلَّذِينَ لَا يَعۡلَمُونَۗ إِنَّمَا يَتَذَكَّرُ أُوْلُواْ ٱلۡأَلۡبَٰبِ﴾ (الزمر: ٩)، ولا تنسي أن (كل إناء ينضح بما فيه).

فأكملي مسيرتك؛ وتوجي عطاءك الطيب بألا تنسي أبدًا حقوقه الزوجية عليك.

ولا تنسي أن رصيدك الأخلاقي الأصيل الطيب يدعوك إلى أن تواصلي الإنفاق منه على أحب الناس، وأقرب الأحباء إليك.

القاعدة التاسعة: ادفعي بالتي هي أحسن:

فلا تنزلي إلى مستوى سلوكياته معك، بل ارفعيه إلى مستواك الخلوق الطيب.

فكما ذكرناك: إن الذي عنده رصيد أخلاقي وفير يختلف عن الفقير في أرصدته (فهو إنما يتقدم بالحسنة، فهو في المقام الرفيع؛ وغيره يتقدم بالسيئة، فهو في المكان الدون) ﴿وَلَا تَسۡتَوِي ٱلۡحَسَنَةُ وَلَا ٱلسَّيِّئَةُ﴾ (فصلت: ٣٤).

وليس له أن يرد بالسيئة، فإن الحسنة لا يستوي أثرها – كما لا تستوي قيمتها – مع السيئة.

والصبر والتسامح، والاستعلاء على رغبة النفس في



مقابلة الشر بالشر - يرد النفوس الجامحة إلى الهدوء والثقة، فتنقلب من الخصومة إلى الولاء، ومن الجماح إلى اللين ﴿ٱدْفَعْ بِٱلَّتِى هِىَ أَحْسَنُ فَإِذَا ٱلَّذِى بَيْنَكَ وَبَيْنَهُۥ عَدَٰوَةٌ كَأَنَّهُۥ وَلِىٌّ حَمِيمٌ﴾ (فصلت: ٣٤)

وتصدق هذه القاعدة في أغلب الحالات، فينقلب الهياج إلى وداعة، والغضب إلى سكينة، والتبجح إلى حياء، وذلك فقط بكلمة طيبة، ونبرة هادئة، وبسمة حانية[1].

القاعدة العاشرة: فجري ندمه:

فبالخطوتين السابقتين يمكن أن تتجنبي عوامل غضبه، وتثيري عوامل ندمه ومراجعته النفسية.

فأظهري أصلك وأخلاقك الطيبة وسلوكياتك الراقية ليس فقط عند غضبه، وإهاناته، وشتائمه، بل عند أزماته الصحية والمالية، والمهنية.. ولا تتخلي عنه أو تتشفي فيه.

القاعدة الحادية عشرة: لا تتركيه وحده لشياطينه:

قفي لحظات، واسألي نفسك:

---

(١) في ظلال القرآن، سيد قطب، فصلت، ٣٤

هل هذا المخلوق الفظ هو نفسه ذلك الفارس النبيل، الذي رأيتِه أول مرة، وكان يذوب رقة، ويرسل إليك أجمل النظرات، ويسمعك أعذب الكلمات، ويغدق عليك أرق الهدايا؟

هل هذا الغضوب، المنفر هو نفسه ذلك الزوج الحنون العطوف، الذي كان يحوطك بالحنان والدفء والرعاية في الأيام الخوالي؟

هل هذا السَبَّاب الشتَّام، هو نفسه ذلك الأب الودود، الذي كان يحيطك بالمودة، ويربت على جنينه، وهو في أحشائك شوقًا إليه بكل ود العاطفة الأبوية وحنانها.

هل....، وهل....، وهل....؟

ترى ما الذي غيره؟

ترى ما الذي قلبه عليك، وعلى أبنائك، بل وعلى كل المحيطين؟

فلعلهم شياطين الإنس الحاسدون لهذه الأسرة الحبيبة.

ولعلهم أصدقاء السوء؛ المفسدون لكل أواصر الحب التي يفتقدونها.

ولعلها آثار فحيح الثعابين الذين يعاتبونه على طريقته في التعامل معك، وينصحونه بهذه النصيحة المدمرة (إن المرأة هي حذاؤك، متى شئت نزعته أو أبقيته).

فحاولي الاقتراب منه، واستغلي فرصة طيبة، وفي وقت طيب، بحيث تكونان وحدكما، وفي لحظة من لحظات الحب الدافئ الحميم، وبذكاء، واسأليه:

ما الذي يغضبك مني؟

ما الذي غيّرك من ناحيتي؟

ترى هل قصرت في شيء؟

ترى هل سمعت عني شيئًا أهمك؟

ولا تستمعي لمن يوغر صدرك على زوجك، فيحذرك من التنازل عن حقوقك، وأن تعامليه بندية، ولا تفرطي في كرامتك.

بل احلمي دومًا بمصاحبة هؤلاء الفائزين المحتسبين: (ألا أخبركم برجالكم من أهل الجنة؟! النبي في الجنة، والشهيد في الجنة، والصديق في الجنة، والمولود في الجنة، والرجل يزور أخاه في ناحية المصر في الله في الجنة. ألا أخبركم بنسائكم من أهل الجنة؟ الودود الولود

العؤود، التي إذا ظلمت قالت: هذه يدي في يدك؛ لا أذوق غمضًا - بالضم أي نومًا، أو تغميضًا لعيناي، أو إطباقًا لأجفاني - حتى ترضى)[١].

ولهذه القاعدة الطيبة ثمار راقية: الطمع فيما أعده لك الله سبحانه، والراحة النفسية في اكتشاف ما يغضب زوجك منك لعله يرق لك، ولعلك تتجنبين ما يثير حنقه عليك.

القاعدة الثانية عشرة: املئي إناءك:

نقصد أن تشغلي وقتك بما يبعدك عن الأفكار السوداوية، وعن الأحاديث النسائية التي لا طائل من ورائها، وأن تخططي لفراغك بما هو نافع لك ولأسرتك.

فهناك الكثير من جمعيات النفع العام الخيرية، وهناك الدورات العلمية والأسرية، وهناك الدورات الإلكترونية، وهناك الدراسات في الكثير من الجامعات المفتوحة.

فبالإضافة إلى هدفك الأسمى، وهو رعاية أسرتك

---

(١) الجامع الصغير وزيادته، ج ١، ص ٤٣٧، برقم ٤٣٦٩، قال الشيخ الألباني: حسن، انظر حديث رقم: ٢٦٠٤ في صحيح الجامع.

وأبنائك، ليكن لحياتك هدف يشفع لك عنده سبحانه، ويجعلك تشعرين بالتقدير والاعتبار الذاتي، فالإناء أنت تملكينه، وبيدك أن تملئيه بما يسعدك داخليًا، وينفع المحيطين بك خارجيًا.

القاعدة الثالثة عشرة: لا ترفعي الراية البيضاء:

تذكري دومًا القدوة المجادلة خولة (ﷺ)، وكيف أجادت فن إدارة أزمتها الزوجية.

وكان أهم ما قامت به هو عدم الاستسلام حتى ولو برفض حلوله (ﷺ) لقضيتها، وقد سجل لها التاريخ الإنساني هذا الموقف الصلب؛ لتضرب المثل الرفيع للمرأة المسلمة الواعية.

وتدبري كيف بدأت شكواها، (وهي تقول: يا رسول الله، أكل مالي وأفنى شبابي، ونثرت له بطني، حتى إذا كبرت سني، وانقطع ولدي، ظاهر مني، اللهم إني أشكو إليك)[1]

---

(١) تفسير القرآن العظيم، ابن كثير، تفسير سورة المجادلة.

ثم في حوارها وجدالها في رأي الحبيب (ﷺ)، وعدم تسليمها بالرأي الأول؛ (فسألت النبي (ﷺ)، فقال لها: (حُرِّمت عليه)، فقالت: والله ما ذكر طلاقًا، ثم قالت: أشكو إلى الله فاقتي ووحدتي ووحشتي وفراق زوجي وابن عمي، وقد نفضت له بطني، فقال: (حرمت عليه)، فما زالت تراجعه ويراجعها حتى نزلت عليه الآية.

وروى الحسن أنها قالت: يا رسول الله، قد نسخ الله سنن الجاهلية، وإن زوجي ظاهر مني، فقال رسول الله (ﷺ): «ما أوحي إليَّ في هذا شيء»، فقالت: يا رسول الله، أوحي إليك في كل شيء، وطُوي عنك هذا؟ فقال: «هو ما قلتُ لك»، فقالت: إلى الله أشكو لا إلى رسوله. فأنزل الله: ﴿قَدْ سَمِعَ ٱللَّهُ قَوْلَ ٱلَّتِي تُجَـٰدِلُكَ فِى زَوْجِهَا وَتَشْتَكِىٓ إِلَى ٱللَّهِ وَٱللَّهُ يَسْمَعُ تَحَاوُرَكُمَآ إِنَّ ٱللَّهَ سَمِيعٌۢ بَصِيرٌ ① ٱلَّذِينَ يُظَـٰهِرُونَ مِنكُم مِّن نِّسَآئِهِم مَّا هُنَّ أُمَّهَـٰتِهِمْ إِنْ أُمَّهَـٰتُهُمْ إِلَّا ٱلَّـٰٓـِٔى وَلَدْنَهُمْ وَإِنَّهُمْ لَيَقُولُونَ مُنكَرًا مِّنَ ٱلْقَوْلِ وَزُورًا وَإِنَّ ٱللَّهَ لَعَفُوٌّ غَفُورٌ ② وَٱلَّذِينَ يُظَـٰهِرُونَ مِن نِّسَآئِهِمْ ثُمَّ يَعُودُونَ لِمَا قَالُوا۟



فَتَحْرِيرُ رَقَبَةٍ مِّن قَبْلِ أَن يَتَمَاسَّا ۚ ذَٰلِكُمْ تُوعَظُونَ بِهِ ۚ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ ۞ فَمَن لَّمْ يَجِدْ فَصِيَامُ شَهْرَيْنِ مُتَتَابِعَيْنِ مِن قَبْلِ أَن يَتَمَاسَّا ۖ فَمَن لَّمْ يَسْتَطِعْ فَإِطْعَامُ سِتِّينَ مِسْكِينًا ۚ ذَٰلِكَ لِتُؤْمِنُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ ۚ وَتِلْكَ حُدُودُ اللَّهِ ۗ وَلِلْكَافِرِينَ عَذَابٌ أَلِيمٌ﴾ (المجادلة: ١ - ٤)(١).

فهي (ﷺ) لم تستسلم، ولم ترفع الراية البيضاء.

فلِمَ تستمعين للحاقدين، وكل من يوغر صدرك تجاه رفيق عمرك المسكين.

ولِمَ تصغين للحاسدين وكل من يريد أن يحطم مملكتك الصغيرة.

ولِمَ تطاوعين الشامتين، وكل من يدفعك دفعًا لأن ترفعي راية الاستسلام المهين عاليًا.

القاعدة الرابعة عشرة: نفذي دوراتك الأسرية للتذكرة الذكية:

وهي من أجمل القواعد الإيجابية وأبرزها في حل الهموم الزوجية؛ وذلك لأنها تهدف إلى تحقيق الهناء النفسي والسعادة الأسرية بطرق عملية وذكية.

(١) الجامع لأحكام القرآن، القرطبي، تفسير سورة المجادلة.

فعن طريقها تذكرين نفسك وزوجك الكريم، وكذلك الأبناء الأحباب، ببعض الأخلاقيات الراقية، والسلوكيات الطيبة، خاصة تلك التي تهدف إلى حفظ اللسان، وعدم إهانة الآخرين.

ويجب أن تجري بشيء من الحكمة والفطنة والذكاء، فلا تشعري أي فرد بأنه المقصود، خاصة إذا كان زوجك الفاضل.

وتبدأ هذه الدورات بأن تهيئي لقاءً خاصًا ودودًا لا يشغله فيه شيء عنك، فلا يقطع هذه الجلسة الرقيقة أي شاغل، وركزي عينيك في عينيه، وتحدثي إليه بذكاء:

(لقد لاحظت في أحاديث أبنائنا الأحباب، مع بعضهم البعض بعض التجرؤ على النطق بألفاظ قاسية، فيسبون بعضهم البعض، ويشتمون بعضهم البعض؛ لدرجة أن الكبير قد يتعمد إهانة الصغير.

فما رأيك أن نذكرهم ببعض القيم الأخلاقية التي تربينا عليها في حفظ اللسان، وعدم تجريح الآخرين أو إهانتهم.

فأنا خائفة على علاقاتهم وحبهم لبعضهم البعض، ومن آثار ذلك مستقبلاً عليهم وعلينا.

ولنجعل تذكيرنا لهم على هيئة دورات تربوية، ترسل إليهم الرسائل البسيطة غير المباشرة في التربية، ولننفذها معهم ليقتدوا بنا، وذلك دون أي تسلط منا أو ضغط مباشر عليهم.

وما رأيك لو أخذنا رأيهم، حتى نتفق عليها جميعًا فتستمر مثلاً أسبوعًا أو شهرًا على حسب نتائج وثمار ترسيخها عندهم، مع الاهتمام بالتركيز على خلق الأسبوع أو الشهر ووضعه في كل مكان بالمنزل على هيئة ملصق جميل؟!

ولنقم حفلة سمر في نهاية كل منها؛ فنكافئ أفضل الملتزمين ببرنامج الدورة.

فإذا انشرح صدره لحديثك؛ فأشعريه بوضعه وقدسيته واحترامه وسلطته؛ ليمسك هو زمام الدفة؛ فيدعو إلى جلسة أسرية بمشاركة كل الأبناء لأخذ الرأي ولسماع اقتراحاتهم في كيفية تنفيذ هذه الدورات الذكية التربوية وتفعيلها وإنجاحها.

من هذه الدورات:

١ - كن.. خير الناس:

مدار الدورة أن نجيد مهارة تحسين الخلق والسلوكيات خاصة اللفظية.

وأن نبني قناعات قوية بأن الخيرية قاعدتها حُسن الخُلق.

وذلك بأن نلتزم بهذا الشعار المعبر، الذي يدور حول الحديث الشريف: دخلنا على عبد الله بن عمرو حين قدم معاوية إلى الكوفة، فذكر رسول الله (ﷺ)، فقال لم يكن فاحشًا - أي ذا فحش وقبح وبذاءة - ولا متفحشًا - أي يدعو إليه ويتعمده - وقال: قال رسول الله (ﷺ): «إن من خياركم أحاسنكم أخلاقًا»[1].

٢ - هذه ليست صفاتك:

وهو عنوان لدورة تدعو الفرد إلى التخلي عن الصفات الكريهة، التي لا يصح أن يحملها مؤمن.

«ليس المؤمن بالطعان، ولا اللعان، ولا الفاحش، ولا البذيء»[2].

(١) صحيح مسلم، ج ٤، ص ١٨١٠، رقم ٢٣٢١.

(٢) سنن الترمذي، ج ٤، ص ٣٥٠، برقم ١٩٧٧، قال أبو عيسى: هذا حديث حسن غريب، وقد روي عن عبد الله من غير هذا الوجه. قال الشيخ الألباني: صحيح.

و(الطعان: أي الوقاع في أعراض الناس بنحو ذم أو غيبة، وإنما سماه طعنًا؛ لأن سهام الكلام كسهام النصال حسًا، وجرح اللسان كجرح اليد).

واللعان: أي الذي يكثر لعن الناس بما يبعدهم من رحمة ربهم.

والفاحش: أي ذو الفحش في كلامه وفعاله.

والبذيء: أي الفاحش في منطقه، وإن كان الكلام صدقًا[١].

٣ - هذا يبغضه الله سبحانه:

وهذا الشعار يعبر عن الهدف من هذه الدورة الذكية التربوية، التي محورها هذه النصيحة الطيبة: «ما شيء أثقل من ميزان المؤمن يوم القيامة من خُلق حسن، وإن الله ليبغض الفاحش البذيء»[٢].

القاعدة الخامسة عشرة: استعيني بأحب الناس إليه:

وهذه القاعدة تطبق إذا ضاقت بك السبل، واستنفدت

---

(١) فيض القدير، ج ٥، ص ٣٦٠، برقم ٧٥٨٤ بتصرف.

(٢) سنن الترمذي، ج ٤، ص ٣٦٢، برقم ٢٠٠٢، قال أبو عيسى: وفي الباب عن عائشة، وأبي هريرة، وأنس، وأسامة بن شريك، وهذا حديث حسن صحيح. قال الشيخ الألباني: صحيح.

كل ما في وسعك داخل جدران مملكتك من أجل حفظ أسرار بيتك.

فافعلي كما فعلت خولة (ﷺ):

لقد حملت (ﷺ) شكواها إلى الحبيب (ﷺ)، فلم تذهب إلى غيره (ﷺ)، حتى وإن كانت عائشة (رضوان الله عليها)، وتدبر كيف أن خولة (ﷺ) أتت إلى بيته وانفردت به (ﷺ)، ولم تشرك أحدًا في حل قضيتها.

عن عائشة (ﷺ) قالت: الحمد لله الذي وسع سمعه الأصوات؛ لقد جاءت المجادلة إلى النبي (ﷺ) تكلمه وأنا في ناحية البيت ما أسمع ما تقول، فأنزل الله (ﷻ): ﴿قَدْ سَمِعَ ٱللَّهُ قَوْلَ ٱلَّتِي تُجَٰدِلُكَ فِي زَوْجِهَا وَتَشْتَكِيٓ إِلَى ٱللَّهِ﴾ (المجادلة: ١)[1].

وإن كنا على قناعة من أن كل زوجين عرضة للخطأ، وأن حدوث أية مشاكل زوجية هو أمر طبيعي من سمات البشر؛ فإننا نتعلم من خولة (ﷺ) أهمية معرفة من له الحق في إصلاح هذا الخلاف، ورأب صدع الرباط

---

(١) مسند الإمام أحمد، كتاب: باقي مسند الأنصار، مرفوع إلى النبي (ﷺ) برقم ٢٣٠٦٤.

القدسي الأسري، بحيث يحافظ على السر، ويحاول حل المشكلة بإخلاص وأمانة.

وتلك هي السمة الأصيلة في فن إدارة الأزمات الأسرية الداخلية، والخلافات الزوجية. ولنا ملاحظة: إن على الزوجين أن يتفقا على هذه المرجعية التي إما أن تكون:

١- شخصية معينة وموثوقة، ومقبولة ومحبوبة للطرفين، كما كان الحبيب(ﷺ) .

٢- معايير ثابتة وقواعد محددة يتفقان عليها إن لم يجدا هذه الشخصية، فيرجعان ويتحاكمان إليها .

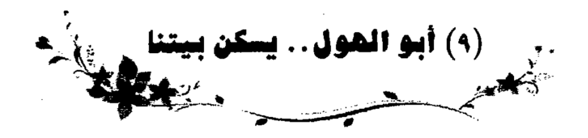
القاعدة السادسة عشرة: لا تلقي سلاحك:

ومعناها : أن تستعيني دومًا به سبحانه؛ فتستمدي العون الرباني مع التزامك وتنفيذك لكل قاعدة من القواعد السابقة.

فتوجهي بركعتين في جوف الليل، وأرسلي سهام الليل التي لا تخطئ.

ورددي دعاء عباد الرحمن المؤمنين الخاشعين: ﴿وَٱلَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا هَبۡ لَنَا مِنۡ أَزۡوَٰجِنَا وَذُرِّيَّٰتِنَا قُرَّةَ أَعۡيُنٖ وَٱجۡعَلۡنَا لِلۡمُتَّقِينَ إِمَامًا﴾ (الفرقان: ٧٤)

❊ ❊ ❊



(٩) أبو الهول.. يسكن بيتنا



﴿وَمِنْ ءَايَٰتِهِۦٓ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَٰجًا لِّتَسْكُنُوٓا۟ إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً ۚ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَءَايَٰتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ (الروم: ٢١).

رسائل تربوية ربانية ودودة، ولمسات شفوقة، ومعانٍ نفسية رقيقة تنبعث من هذه الكلمات النورانية.

ولنعش مع هذه الملامح:

ومن آياته: أي من نعمه سبحانه؛ مثلها مثل آياته في خلق السموات والأرض، وتداول الليل والنهار، وخلق الشمس والقمر، وسائر آياته (جل وعلا) في الكون، بل والوجود كله.

فما آياته ونعمه سبحانه في خلقه لهذه الكينونة الثنائية الرجل والمرأة؟

أن خلق لكم: إنها نعمة الرعاية والحماية الربانية لكم،

ولكما أنتما خاصة، أيها الثنائي، فهو سبحانه الذي أراد، وهو سبحانه الذي خلق، وهو سبحانه الذي أهدى لنا هذه الآيات.

لمَ نرفض الهدية؟

فمن منا يرفض هديته سبحانه؟ ومن منا يأبى عطيته؟ ومن منا يعارض مشيئته وإرادته؟ ثم من منا يجحد تلك النعمة؛ فلا يشكره سبحانها في كل لحظة وسكنة على هذه النعمة الخاصة الراقية، التي يلخصها هذا التعبير القرآني اللطيف الرفيق، مصورًا العلاقة الزوجية تصويرًا موحيًا، وكأنما يلتقط الصورة من أعماق القلب وأغوار الحس: ﴿لِّتَسْكُنُوٓاْ إِلَيْهَا﴾، و﴿جَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً﴾.

هاجت في ذاكرتي هذه الرسائل الربانية، بينما كنت أعيد ترتيب شكاوى الأخوات الكريمات، وهن يرسلن همومهن الزوجية، حيث توقفت كثيرًا أمام هذا الهم. وتساءلت:

أهكذا نفعل بما أراده الله لنا معشر الأزواج والزوجات؟

أهكذا نعبث في هذا البناء الطيب الذي اختاره الله ورعاه لنا.

أهكذا نهدد بسلوكياتنا عش الزوجية؛ فلا نقدر هذا الرباط القدسي الذي صاغه سبحانه لنا.

حقًا لِمَ نرفض هديته سبحانه؟

الهم الصامت.. والعش الأخرس البارد

تأملوا معي هذه الصور الغريبة والمتعددة لهذا الهم النسائي، التي منها:

١- زوجي الحبيب، يتبع أسلوب السكوت من ذهب، فلا يتكلم معنا، ولا يتحدث، ولا يتحاور.

٢- غريب جدًا أمر زوجي الفاضل؛ فلكم أستغرب هذا المزاح، وهذه الضحكات، وهذه الحوارات عندما يجلس مع أصدقائه وضيوفه، التي تتحول في لحظات إلى بُكْم وخَرَس ما إن يدخل أو يجلس مع أبنائه.

٣- لست أدري لماذا تتجمد الكلمات على لسان زوجي الفاضل عندما يجلس بيننا؟ فإذا تحدث فهمهمات عرفنا كلنا معناها، وإذا طلب شيئًا فتكفينا الإشارة

التي خبرنا مغزاها، وإذا حدثناه، فتكون ردوده سريعة ومقتضبة كبرقيات تعزية نتلقاها.

٤- لقد ضحكت كثيرًا وبمرارة تحولت إلى دموع صامتة عندما علق ابننا الأكبر بخبث على حالتنا المنزلية: أمي متى سنتخرج من (معهد الصم والبكم)؟!

٥- من المؤلم أن ترى عشك السعيد وقد تحول إلى ما يشبه الثلاجة، هاجمت البرودة والروتينية كل أركانه وأشخاصه، فتجمدت عواطفنا وتحولنا جميعًا إلى ما يشبه الآلات، خاصة زوجي الذي ما إن يدخل البيت حتى يتحول مؤشر لغة الكلام عنده إلى الوضع (OFF)، ثم يعود عند خروجه من البيت إلى الوضع (ON).

٦- لا أجد وصفًا لزوجي العزيز داخل بيته إلا (أبو الهول الصامت).

وبعد تأملنا لهذه الصور العجيبة، فإننا لا نستغرب كيف تحول هذا البناء القدسي الذي أهداه إلينا الحق سبحانه إلى هذه الثلاجة العاطفية.

الرسائل السلبية

لقد تآكلت جدران هذا العش الزوجي بفعل هذا الهم الزوجي الأخرس البارد، وهذا السلوك الزوجي الذي تنبعث منه عدة رسائل قاسية للزوجة، منها:

١- زوجتي، أنا لا أطيق الحديث معك!

٢- أنا غامض وصندوق مغلق، فلا تحاولي فتحه!

٣- لا يروق لي حديثك!

٤- أنت لست على مستوى تفكيري!

٥- أن لا أجد راحتي في الكلام معك!

٦- أنت لم ولن تفهميني!

٧- أنا لا أحب الفضفضة معك!

٨- إنني أستشعر الغربة بينكم!

الحصاد المر

هذه الرسائل تتحول مع مرور الوقت إلى ثمار مريرة تتجرعها الزوجة بما يؤدي إلى:

١- اضمحلال الوئام الأسري.

٢- تآكل المودة والرحمة والسكينة الزوجية.



٣- اشتعال الغيرة المرضية.

٤- إصابة الزوجة بالتوتر والعصبية.

٥- كثرة الخلافات والمشاحنات الزوجية.

٦- تصدع العلاقات الزوجية.

٧- نفور الزوجة من العلاقة الحميمية.

٨- وراثة الأبناء لصمت الأب وعدم قدرته على الحوار.

٩- اهتزاز قدسية الرباط الزوجي عند الزوجة والأبناء.

ما الأسباب؟

وغالبًا ما يعود صمت الزوج وخرسه، وعدم حديثه مع زوجته، وغياب الحوار بينهما إلى واحد أو أكثر من هذه الأسباب:

١- طبيعة الزوج الشخصية:

فقد لا تكون لديه القدرة على التعبير عما بداخله عمومًا؛ فهو كتوم، كتوم.

٢- تبنيه لبعض الأعراف الخاطئة، مثل:

(١) اعتبار أن هذا التبسط عيب في حقه كرجل، وأنه ينافي معنى المسؤولية والرجولة.

(٢) استشعار أن هذا البوح يقلل من قدره في نظر زوجته واحترامه لها.

(٣) استشعار الزوج أن الحديث والحوار ليس له ضرورة، فالزوجة تعرف جيدًا ما يريد قوله.

(٤) اعتبار الإنفاق على الزوجة والأبناء هو واجب الزوج الوحيد، وما عداه مثل التحاور معهم والحديث الودي مع الزوجة يُعتبر أمورًا تافهة وغير ضرورية.

٣- وراثة الصمت وقلة الحوار عن الجذور العائلية للزوج.

٤- قد يلجأ الزوج إلى هذه الممارسات، وكأنها رسائل تقويم وتهديد لما يلاقيه من سلوكيات الزوجة فيكون صمته مجرد:

(١) رسالة تمرد: أي إعلان أخرس بالعصيان الزوجي على الزوجة.

(٢) رسالة عدم رضًا؛ فلعلها تراجع نفسها.

(٣) رسالة رد فعل؛ أي «واحدة بواحدة يا زوجتي العزيزة والبادي أخرس وأصمت».

(٤) الضغوط الاجتماعية؛ حيث يكون الصمت الزوجي أحد إفرازات الظروف المعيشية والمادية التي طمست كل ما هو جميل.

كيف تخرجين زوجك من هذا الصمت؟

الآن.. وقد تعرفت عزيزتي الزوجة على أسباب صمت زوجك، هيا نتعرف معًا على خطوات إخراجه من هذا التابوت الصامت.

الخطوة الأولى: أغلقي الأبواب الإبليسية:

أي راجعي جيدًا الأسباب التي ذكرناها.

ثم قومي بتصحيح ما تخصك منها.

أو بمعنى آخر: أغلقي الأبواب الإبليسية، التي يوسوس الشيطان إلى زوجك من خلالها.

الخطوة الثانية: ترجمي رسائله الصامتة:

استعملي ذكاءك الأنثوي، واقرئي ما بين السطور في رسائل زوجك الصامتة.

فقد تكون معظم هذه الرسائل الخرساء مجرد رد فعل لسلوكياتك؛ فصححي ما بدر منك.

الخطوة الثالثة: واجهي مشكلتك، وتخلصي من السلبية:

وذلك بأن تحاولي الجلوس وحدك ولو للحظات، وتلتقطي أنفاسك الدامعة، وتحبسي زفراتك الغاضبة،

وتلجمي خواطرك الحزينة، وتحبسي شكواك الدفينة، وتواجهي نفسك بهذا السؤال المفاجئ والحازم: ثم ماذا بعد؟

وليكن الرد حاسماً: لن أقف مكتوفة الأيدي، ولن أسلم نفسي للسلبية، ولن أدع زوجي الفاضل فريسة لوساوس إبليس اللعين.

حتى وإن كان عليه الحق، فهل سيعميني العناد؟ وهل ستحبسني السلبية؟

وهل سيجرفني الشعور بالندية؟

وهل هناك من سيخاف على مملكتنا الصغيرة أكثر مني؟

وهل هناك من هو أقرب لي، وأولى بي من زوجي وأبنائي؟

فلِمَ لا أكون أنا المبادرة في مواجهة مشكلتي؟!

الخطوة الرابعة: استعملي المحفزات والصامتات الناطقات:

وبداية أي خطوة إيجابية عملية هي أن تستعملي المحفزات التي تشجعك على التنفيذ الفوري والعملي، وهي أن تفكري جيداً، وأن تتذكري بعض الأمثلة الصامتة

التي تحيط بنا من كل جانب، وفي كل مكان، ولكننا نتغافل عنها.

فتذكري أن هذا المذياع سيظل صامتًا باردًا، طالما لا نمد إليه أيدينا.

وأن ذاك التلفاز لا يفتح؛ إلا إذا شئنا أن نراه ونسمعه.

وأن....، وأن....

ثم تذكري أن أبا الهول الأخرس لا يأتي للناس، بل هم الذين يزورونه، وهم الذين يقتربون منه، وستستشعرين أن تلك الأشياء الصامتة ما هي إلا براهين صامتات، ولكنها ناطقات بالحكمة.

الخطوة الخامسة: حطمي الحواجز واقتربي

أي أن عليك أن تأخذي بزمام المبادرة فتزيلي الحواجز النفسية التي تمنعك من الحديث إلى زوجك الفاضل.

ثم تذكري أجمل ما يزيد فاعلية إيجابيتك، وهي القاعدة الإلهية: ﴿ٱدْفَعْ بِٱلَّتِى هِىَ أَحْسَنُ فَإِذَا ٱلَّذِى بَيْنَكَ وَبَيْنَهُۥ عَدَٰوَةٌ كَأَنَّهُۥ وَلِىٌّ حَمِيمٌ﴾ (فصلت: ٣٤).

وهـي القـاعـدة الـسحـريـة النـاجحـة مع أصحـاب العداوات.

أليـس من الأولـى أن نـطبقهـا مع شـركـاء الحيـاة.. الأزواج الطيبين؟!

الخطوة السادسة: اكسري حاجز الصمت:

تحيني الفرصة الطيبة في الأوقات الطيبة، وفي الأمـاكن الطيبـة، وبـادري زوجك بمثل هـذا الأسئلـة التلقائية غير المفتعلة وغير المتكلفة:

١- ما أخبار شغلك؟

٢- ما رأيك في ابننا (محمد)؟

لقد أقلقني أنني أراه دومًا صامتًا، ولا يتحدث كثيرًا معي أو مع إخوته؛ فكيف نفتح مغاليق قلبه ونطلق سراح لسانه ليصبح على سجيته؟!

٣- لقد لاحظت أنك تسـرح كثيـرًا، ويبـدو أن هنـاك أمرًا يـشغلك؛ تُرى هل لي الحق أن أحمل معك ما يهمك وأشاركك فيما يشغلك؟

٤- الأسـبوع القـادم عيد ميلاد ابننا (خالد)، ولقد رتب إخوته حفلاً بسيطًا يجمعنا معًا، فما رأيك أن تحضِّر تهنئة قصيرة وتشارك إخوته فرحتهم.

٥- أراك دومًا صامتًا ولا تحدثنا، وأرجو ألا أكون أنا سببًا من أسباب هذا الصمت، فما رأيك أن تفاتحني بما يخصني، وحتى لو نصحتني بيني وبينك؟!

فإذا استجاب لمبادرتك اللطيفة، فاستمري وشجعيه على كسر حواجز صمته، وتذكري أسباب صمت المذياع، وبكم التلفاز، وخرس أبي الهول.

وإذا وجدت فيه بعض التردد والتحفظ؛ فما عليك إلا أن تنتقلي للمرحلة العملية المباركة والذكية؛ وهي:

الخطوة السابعة: دورات كسر الصمت:

وهي الدورات التي سبق أن نبهنا إليها في كل الهموم الزوجية.

وهي تهدف إلى تحقيق الراحة النفسية والسعادة الأسرية، والسكينة الزوجية.

وهي طرق ذكية وتربوية عملية لتذكرة نفسك وزوجك الحبيب، وكذلك الأبناء الأحباب ببعض الأخلاقيات الإنسانية الرفيعة، واكتساب السلوكيات الطيبة، التي تهدف إلى بث الروح الجماعية داخل الأسرة، وذلك بتشجيع الحوار الأسري.

ويبدأ التخطيط للدورات بأن ترتبي لقاءً خاصًا ودودًا مع زوجك، وتركزي عينيك في عينيه، وتتحدثي إليه بذكاء:

(لقد لاحظت على بعض أبنائنا الأحباب بعض السلوكيات التربوية المقلقة، وهي صمتهم المريب وانغلاقهم على أنفسهم، وعدم حديثهم معنا).

فما رأيك أن نحاول بناء روح المشاركة ومهارات الحوار مع إخوتهم ومعنا، ونرسل إليهم الرسائل البسيطة غير المباشرة في التربية من خلال دورات تلقائية دون تسلط أو ضغط.

فإذا انشرح صدره لحديثك، فأشعريه فورًا بوضعه وقدسيته واحترامه وسلطته؛ ليمسك هو زمام الدفة، فيعلن عن عقد جلسة أسرية يشارككما فيها كل الأبناء لأخذ الرأي ولسماع اقتراحاتهم في كيفية تنفيذ هذه الدورات الذكية والتربوية وتفعيلها وإنجاحها.

ولتكن الدورات المباركة تحت هذه العناوين:

١ - قل يا بني.. ولا تحقر نفسك:

وليكن مدار الدورة أن تجيد مهارة استنطاق الصامت

وتتيح الفرصة لابنك، وتشجعه، وتزرع فيه الثقة؛ كي يكون جريئًا في الحق واثقًا بنفسه.

وتدبر ما جاء في هذا الموقف التربوي الراقي من عمر مع ابن عباس (رَضِيَ اللهُ عَنْهُمَا)، كما جاء في معرض تفسير قوله تعالى: ﴿أَيَوَدُّ أَحَدُكُمْ أَن تَكُونَ لَهُۥ جَنَّةٌ مِّن نَّخِيلٍ وَأَعْنَابٍ تَجْرِي مِن تَحْتِهَا ٱلْأَنْهَـٰرُ لَهُۥ فِيهَا مِن كُلِّ ٱلثَّمَرَٰتِ وَأَصَابَهُ ٱلْكِبَرُ وَلَهُۥ ذُرِّيَّةٌ ضُعَفَآءُ فَأَصَابَهَآ إِعْصَارٌ فِيهِ نَارٌ فَٱحْتَرَقَتْ ۗ كَذَٰلِكَ يُبَيِّنُ ٱللَّهُ لَكُمُ ٱلْـَٔايَـٰتِ لَعَلَّكُمْ تَتَفَكَّرُونَ﴾ (البقرة: ٢٦٦).

وهذه الآية مثل لعمل من أحسن الأعمال أولاً، ثم بعد ذلك انعكس سيره؛ فبدل الحسنات بالسيئات، فأبطل بعمله الثاني ما أسلفه فيما تقدم من الصالح، واحتاج إلى شيء من الأول في أضيق الأحوال، فلم يحصل منه شيء، وخانه أحوج ما كان إليه، ولهذا قال: وأصابه الكبر.

قال عمر (رَضِيَ اللهُ عَنْهُ) يومًا لأصحاب النبي (ﷺ) : فيم ترون هذه الآية نزلت؟

قالوا: الله أعلم.

فغضب عمر، فقال: قولوا نعلم أو لا نعلم.

فقال ابن عباس: في نفسي منها شيء يا أمير المؤمنين.

قال عمر: يا ابن أخي، قل ولا تحقر نفسك.

قال ابن عباس: ضربت مثلاً لعمل.

قال عمر: أي عمل؟

قال ابن عباس: لعمل.

قال عمر: لرجل غني يعمل بطاعة الله (ﷻ)، ثم بعث الله له الشيطان فعمل بالمعاصي حتى أغرق أعماله[1].

٢ - أشيروا عليَّ أيها الأبناء:

وهذه الدورة تهدف إلى جعل ابنك يشاركك في وضع الحل لأي مشكلة، خاصة به أو بأسرته.

وأن تتعودوا أن تصنعوا القرار معًا.

ولا تنس الملصق الذي يذكرك بعادته (ﷺ) التربوية: «أشيروا عليَّ أيها الناس».

٣ - أفرغت أيها الحبيب؟

ونعني بها ممارسة مهارة الاستماع الجيد للأبناء، والصبر على تفريغ ما في جعبتهم، وإشعارهم باحترامك لرأيهم.

فعلينا أن نمارس مهارة الإنصات والتفرغ لهم، ولا

(١) عمدة القاري، ج ١٨، ١٢٩ - ٤٥٣٨ .

ننشغل بقراءة جريدة أو مشاهدة التلفاز مثلاً وهم يتحدثون.

ولنتذكر دوماً رده (ﷺ)، بعد أن انتهى عتبة بن ربيعة من عرض مداخلته الحوارية:

«أفرغت يا أبا الوليد؟!».

٤ - احذر الحوارات المرضية:

وفي هذه الدورة ترتب الأسرة ورشة عمل من خلال استبيان يوزع على المشاركين يطلب منهم سرد كل أنواع الحوارات المرضية والشاذة، التي لا تتفق مع الروح الجماعية والانتماء الأسري.

وهي الحوارات التي يجب تجنبها داخل أسرتنا.

وذكرهم بأبرز أمثلة هذه الحوارات المرضية:

١- الحوارات الباردة:

وهي الحوارات التي تجري بطريقة رسمية باردة جافة، وهي تتولد نتيجة حالة من الخلل الأسري، وتسمى (بيتنا ثلاجة).

٢- حوارات الديكة:

فيكون الجو العام للحوار هو الصراخ، وانعدام الاستماع والإنصات.

وكلما ارتفع الصراخ؛ هرب الود، وفر الوئام الأسري.

وهو نموذج دارج داخل (العائلة الصراخية).

٣- حوارات الطرشان:

فينشغل الأب بقراءة جريدته أو مشاهدة برنامجه المفضل في التلفاز، أو ....؛ بينما ابنه الحبيب يتحدث إليه.

أو تنشغل الأم بأعمال البيت الروتينية، بينما يتحدث إليها الأبناء عن يومياتهم وهمومهم الحياتية.

فتغيب لغة الحوار، وتتسمر الألسنة، وتتعطل لغة الكلام.

والنتيجة (عدم الاستماع للأبناء بصورة فعالة)[1]؛ فتتولد حالة من الخلل الأسري؛ تسمى (العائلة الصماء البكماء).

وتتحول البيوت إلى ما يشبه (معاهد الصم والبكم).

٤- الحوارات النيئة:

فلا يتخير الوالد الوقت المناسب للحديث والحوار والتوجيه.

---

(١) التربية الذكية - حلول سريعة ودائمة من أجل راحة الآباء وتنمية ثقة الأطفال في أنفسهم: د. لاري جيه كوينج، الطبعة الأولى، ٢٠٠٤م، الرياض، ١٥١ - ١٧٣، بتصرف.

حيث يختلف ذلك تبعًا للموقف، وتقدير الوالد لحالة ابنه العصبية، والذهنية بل والجسدية.

وهذا الاختيار مهارة يلزمها حكمة وكياسة ممزوجة بالرفق والود والدفء.

فلماذا نستعجل قطف الثمرة الحوارية؟

ولماذا نأكل حواراتنا، وهي مرة غير ناضجة، ونيئة؟

٥- الحوارات النارية:

فإذا سمع الوالد شيئًا مزعجًا من ابنه، نفر منه بسرعة واندفاعية، وعاجله بألفاظ قاسية، مثل: (أعوذ بالله).

فيكون التعليق والتوجية الوالدي، بينما المرجل في مرحلة الغليان.

ويجري الحوار على ألسنة اللهيب، ويرتفع شعار (بيتنا مرجل)

٦- الحوارات الفرعونية:

هي الحوارات التي تتميز بالآتي:

(١) اللغة القسرية:

وهي اللغة التي تتميز بالرؤية الفرعونية التي تريد أن

تشكل وتصوغ المحيطين على هواها: ﴿مَآ أُرِيكُمۡ إِلَّا مَآ أَرَىٰ وَمَآ أَهۡدِيكُمۡ إِلَّا سَبِيلَ ٱلرَّشَادِ﴾ (غافر: ٢٩).

(٢) اللغة التهكمية:

﴿أَمۡ أَنَا۠ خَيۡرٞ مِّنۡ هَٰذَا ٱلَّذِي هُوَ مَهِينٞ وَلَا يَكَادُ يُبِينُ﴾ (الزخرف: ٥٢).

وتدبَّرْ هذا التهكم والاستفزاز، إنها اللغة الفرعونية التي تسخر من الآخر.

لقد استهزأ الطاغية على الملأ، وأعلن أنه خير من موسى (عليه السلام)، واتهمه بالضعف والحقارة، وعدم طلاقة اللسان، وعيره بلثغته؛ التي تسببت فيها الجمرة التي تناولها في صغره.

(٣) اللغة التكبرية:

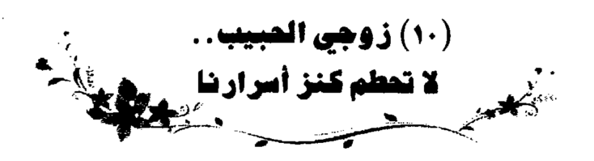
تدبر قول فرعون الشنيع، عندما نسي نفسه: ﴿فَقَالَ أَنَا۠ رَبُّكُمُ ٱلۡأَعۡلَىٰ﴾ (النازعات: ٢٤).

الخطوة الثامنة: استعيني بالركن الشديد:

وذلك بأن نداوم على اتهام أنفسنا؛ فلقد ظلمناها قبل أن نظلم أحبابنا؛ بسبب تقصيرنا التربوي، وبسبب الإنصات لوساوس شياطين الإنس والجن التي توغر صدورنا ضد أقرب الناس وأحبهم إلينا.

ولنداوم على اللجوء إليه سبحانه لجبر هذا التقصير، والظلم، وليعيننا الله على مهامنا وهمومنا بهذا الدعاء: ﴿رَبَّنَا ظَلَمْنَآ أَنفُسَنَا وَإِن لَّمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا لَنَكُونَنَّ مِنَ ٱلْخَـٰسِرِينَ﴾ (الأعراف: ٢٣)





(١٠) زوجي الحبيب..
لا تحطم كنز أسرارنا



«إن من أشر الناس عند الله منزلة يوم القيامة الرجل يفضي إلى امرأته وتفضي إليه ثم ينشر سرها»[1].

هكذا جاءت تلك الإشارة التحذيرية الحمراء أمام الزوجين، ليضع بها الحبيب (ﷺ) ضابطًا تربويًا جادًا لحفظ العلاقة الزوجية القدسية من أخطر عوامل التصدع الأسري والجفاء الإنساني.

ولنتأمل هذه الإشارة من خلال رؤيتين:

الرؤية الأولى: القريبة الظاهرة:

وهي التي نفهمها إذا كان المقصود من معنى كلمة (أفضى)؛ أي وَصَلَ: بالوقاع والجماع والملامسة، أو الخلوة الصحيحة، أو الحصول على الشيء بلا وساطة.

---

(١) صحيح مسلم، جزء ٢، ص ١٠٦٠، برقم ١٤٣٧ .

فنجد (في هذا الحديث تحريم إفشاء الرجل ما يجري بينه وبين امرأته من أمور الاستمتاع، ووصف تفاصيل ذلك، وما يجري من المرأة فيه من قول أو فعل ونحوه)(١).

الرؤية الثانية: البعيدة:

وهي التي تأتي من خلال ترك الخيال لينطلق في المعنى الرفيع الإنساني والراقي لكلمة (أفضى)، كما جاء في الآية ﴿وَكَيْفَ تَأْخُذُونَهُۥ وَقَدْ أَفْضَىٰ بَعْضُكُمْ إِلَىٰ بَعْضٍ﴾ (النساء: ٢١).

فقد جاء هذا التوجيه القرآني متعلقًا بقضية الخلاف الزوجي حول الماديات عند الفراق، وكان الاستفهام بغرض الاستعظام، وللتوبيخ والإنكار.

(ومن ثم كانت هذه اللمسة الوجدانية العميقة، في تعبير موح عجيب.

ويدع الفعل: «أَفْضَىَ» اللفظ مطلقًا، يشع كل معانيه، ويلقي كل ظلاله، ويسكب كل إيحاءاته، ولا يقف عند حدود الجسد وإفضاءاته؛ بل يشمل العواطف والمشاعر، والأسرار والهموم، والتجاوب في كل صوره.

---

(١) شرح النووي على مسلم، باب تحريم إفشاء المرأة، جزء ١٠، ص ٩.

ففي كل اختلاجة حب إفضاء، وفي كل نظرة ود إفضاء، وفي كل لمسة جسم إفضاء، وفي كل اشتراك في ألم أو أمل إفضاء، وفي كل تفكر في حاضر أو مستقبل إفضاء، وفي كل شوق إلى خلف إفضاء، وفي كل التقاء في وليد إفضاء!

كل هذا الحشد من التصورات والظلال والأنداء والمشاعر والعواطف يرسمه ذلك التعبير الموحي العجيب)[١].

كنز الإفضاءات الإنسانية

لذا؛ كانت الرؤية الثانية؛ وإيحاءاتها النفسية هي التي ثارت في نفسي، وكانت الأقرب لنفتح بها هذا الملف الشائك للهم النسوي العاشر من سلسلة **(هموم زوجة)**.

حيث تصور أن المؤسسة الزوجية وكأنها عبارة عن (كنز من الإفضاءات الإنسانية).

فيجب المحافظة على قدسيته، وسريته ومحتوياته ومكنوناته؛ من مشاعر وعواطف، ومن آمال وآلام، ومن نجاحات وزلات، ومن أفراح وأتراح، ومن ذكريات وأحلام،

---

(١) في ظلال القرآن: سيد قطب، النساء: ٢١ .



ومن لمسات وهمسات، ومن...

فلا يجوز لأي طرف أن يكشف شيئًا منه للآخرين، حتى وإن كانوا من أقرب الأقربين.

وليس هناك أي استثناء في كشف أي جانب منه، حتى وإن صغر.

هكذا كانت تلك الإشراقات لهذه الرؤية الراقية للمعنى الإنساني الرائع لكلمة (أفضى).

بنك المشاعر الإنسانية

وكذلك لو تأملنا المغزى الرفيع لهذه التعبيرات الموحية «يفضي إلى امرأته وتفضي إليه».

إنها تصور الحياة الأسرية، وكأنها عبارة عن (**بنك من المشاعر الإنسانية**)

حيث يسكب كل طرف - في كل لحظة تمر به في حياته الأسرية؛ مع كل همسة، وكل كلمة، وكل سكنة، وكل حركة - رصيدًا متجددًا يودعه في بنك المشاعر الإنسانية؛ فيضع كل مكنوناته بحرية مطلقة وبثقة مطلقة؛ دونما حرج، ودونما تحفظ، ودونما تكلف، ودونما عائق و... و....

وأغنى الطرفين؛ هو الأكثر إبداعًا!

لذا تربأ بنا هذه الرؤية الرفيعة عن أن نختزل هذه المؤسسة الزوجية، وهذا البناء الرباني في مجرد علاقة خاصة في لحظات محدودة؛ عبارة عن لقاءات حميمية، ووقاع أو جماع داخل غرف النوم يجب عدم هتك أسراره، بل هي أوسع من ذلك وأشمل؛ فهي كنز إنساني قدسي، وبنك إنساني عاطفي، ومملكة خاصة شارك في صنعها وفي تنمية أرصدتها ليس الزوجين فقط، بل والأبناء أيضًا.

همومٌ... وأشرارٌ... ومفلسون

ثارت هذه الخواطر، ولم يفارق مخيلتي هذا الوعيد: «إن من أشر الناس عند الله منزلة يوم القيامة»، وأنا أطالع هذه الشكاوى النسوية؛ التي اخترت عينات فقط منها:

١- لقد ذهلت عندما سمعت أحد الزملاء يمازح زميله بهذه الكلمات الغريبة: (أيوة يا عم الليلة ليلة خميس)!
والغريب أنني رأيت بعض الزميلات يبتسمن لبعضهن البعض، ولم يستنكرن هذه التعبيرات الفجة والوقحة!

والأغرب أن بعضهن شاركن الزملاء في المزاح ببعض التعبيرات الموحية دون حياء!

٢- زوجي الفاضل لا يجد غضاضة في الحديث عن أسرارنا الأسرية مع شقيقاته وأمه؛ وذلك بحجة أنهن لسن غريبات، والمصلحة واحدة، ويخفن علينا وقلبهن علينا، و...!

٣- لقد هالني تلك الأحاديث السافرة حول التأثيرات السحرية للحبوب الزرقاء والصفراء و....، بين الزملاء والأصدقاء، حتى داخل أروقة العمل!

٤- منذ يومين صعقت عندما سمعت زوجي يتحدث مع صديقه على الهاتف حول مقالب الحبة الزرقاء؛ بل ويخبره بما حدث ذات ليلة بيننا، وببركة هذه الحبة، وبما صنعته تلك الحبوب المنتشرة!!

٥- كنت ألوم هؤلاء الممثلين والممثلات في الدراما، وهم يدلون ببعض التعبيرات الموحية الفجة والوقحة، وكنت أشعر بالحرج أمام أبنائي، وكنت أتعجب كيف يقدمون هذه الدراما أثناء شهر رمضان!

ولكنني تراجعت عن اللوم بعدما سمعت ورأيت زوجي المحترم يمازح بها أصدقاءه، بل وقد يأتي ببعض الحركات الموحية، وكأنها شيء عادي ومعروف، وعلى سبيل التسلية والمزاح البريء!

وإذا راجعته بخجل حول خطورة هذه الانزلاقات اللفظية والحركية؛ يعلق قائلاً: (خذي الأمر ببساطة، وما تقفيش عند الهايفة)!!!

٦- لقد انحسرت معايير العيب، ومقاييس الحياء في أحاديث الأخلاء والأصدقاء، بل وبين الصديقات بعضهن البعض، وأصبن بلوثة من تلك الهجمة الإعلامية اللاأخلاقية الساحقة الماحقة، التي غيرت أعرافنا وقيمنا ومعاييرنا ومقاييسنا دون أن ندري، وبالتأثير التراكمي على مدار السنين!!

أقول ذلك بعدما لاحظت أن بيتنا غدا مهدداً بهذه اللوثة؛ وذلك بعدما علمت أن زوجي الكريم والملتزم، قد شارك أقرانه في هذه الأحاديث التي تهتك أسرارنا الزوجية.

٧- يا إلهي؛ هل تصدق أن زوجي العزيز يكثر من هذه التعبيرات مع أصدقائه، وكأنه يبرهن لهم أنه يتمتع بالرجولة والفحولة و...؟!

إنها تبدأ بمزحة بريئة، ثم تتحول لقصص ومغامرات أخجل من كشفها.

استمعت لهذه الهموم، ولم أجد تعبيرًا أدق من تعبيراته (ﷺ)؛ حقًا إنهم أشرار يجيدون فن صناعة الهموم؛ ليست الزوجية فقط، بل والإنسانية أيضًا.

وهؤلاء الأشرار - كما وصفهم الحبيب (ﷺ) - بسلوكياتهم يعرضون كنزهم الإنساني للضياع.

بل ويضيعون أرصدتهم؛ فيعرضون بنكهم العاطفي للإفلاس والانهيار والإغلاق.

فما الآثار السلبية لهذا الهم النسوي؟!

ونقصد بها تلك الرسائل السلبية لسلوكيات الزوج، وآثارها المدمرة على الزوجة، ثم على علاقتيهما الزوجية!

أولاً: ما أخطر الرسائل السلبية والوساوس الشيطانية لهذا السلوك؟

ونقصد بها الرسائل غير المباشرة التي يوسوس بها الشيطان في نفس الزوجة المسكينة؛ فتفسر بها سلوكيات زوجها وأقواله، فتتراكم هذه التفسيرات الصامتة في عقلها الباطن واللاواعي، خاصة إذا غاب الحوار، وانعدمت الصراحة والمواجهة، ومنها:

١- زوجتي الحبيبة... (أنا لساني فالت)!

٢- أنا لا أحترم خصوصياتك!

٣- أنا لا يهمني افتضاح أسرارك!

٤- لا تأمني لي!

٥- لا تثقي بي!

ثانياً: ما الحصاد المر لهذه الرسائل الإبليسية السلبية؟

وهي الآثار البعيدة للتأثير التراكمي لتلك الرسائل السلبية، التي بمرور الوقت تتراكم في العقل الباطن واللاواعي عندهن، ثم لا تلبث أن تفرز آثارها السلوكية

المدمرة على شخصياتهن، وتوجه سلوكهن الاجتماعي مع الآخرين، خاصة مع أزواجهن:

١- انعدام الثقة.

٢- استشعار عدم الأمان الأسري.

٣- غياب المودة والرحمة الزوجية.

٤- غياب الحوارات الزوجية.

٥- كثرة الشجار والخلافات والمشاحنات الزوجية.

٦- تصدع العلاقات الزوجية.

٧- بروز أمراض العلاقة الحميمية الزوجية؛ مثل البرود الجنسي!!!

فما الأسباب التي تدفع الزوج للحديث عن أسراره الزوجية؟!

هذه الأسباب يمكننا تقسيمها إلى قسمين رئيسين:

القسم الأول: أسباب داخلية شخصية:

وتعود إلى طبيعة الزوج نفسه:

١- العادة:

عندما يكون هذا السلوك مجرد عادة وطبيعة شخصية جُبِلَ عليها الزوج؛ كمجرد فضفضة اجتماعية.

٢- الجهل:

حيث يجهل الزوج المحظور الشرعي لهذه العادة.

٣-الشعور النفسي بالنقص:

حيث يمارس الزوج هذه الهواية؛ لمجرد إشباع حاجة في نفسه، وعقدة في عقله الباطن؛ فلعله يعيش في أحلام وخيالات يصنعها هو، وتصبح جزءًا من شخصيته، ليعوض هذا الشعور بالنقص!

٤- رسائل العناد:

عندما يتعمد الزوج ممارسة كشف أسرار بيته وخباياه كمجرد رسالة تمرد على سلوكيات الزوجة معه؛ لعلها تفيق أو ترعوي.

القسم الثاني: أسباب خارجية:

أي لا دخل للزوج فيها؛ مثل:

١- الظروف البيئية:

وقد تكون هذه الخبايا والأخبار الأسرية التي يرويها الزوج مجرد تقليد أو محاكاة لما يسمعه ويراه من شلته وأقرانه؛ فيجاريهم عن دراية أو دون دراية؛ وذلك ليكمل البناء الاجتماعي لشخصيته، حتى وإن كانت صفحات أسرية، ودقائق زوجية خاصة جدًا!

٢- طبيعة الزوجة:

حيث يلجأ الزوج إلى هذه العادة، وكأنها رسائل تقويم وتهديد لما يلاقيه من سلوكيات الزوجة.

٣- طبيعة النشأة الأسرية:

فقد يكون الزوج متأثرًا بسلوكيات الوالدين، وانطبع في ذهنه، ورسخ في عقله الباطن، وبطريق غير مباشر؛ أن هذه السلوكيات لا عيب فيها.

فما الحل؟!

أو كيف تعينين زوجك العزيز على حفظ أسراره الزوجية وأخباره الأسرية؟!

وهنا نقدم بعض الخطوات الذكية العملية؛ لتعين كل زوجة ذكية ومخلصة زوجَها الفاضل على كتم أسرارهما الأسرية.

أولاً: تغيري... تؤثري!

فابدئي بمحاولة جادة في مراجعة الأسباب التي ذكرناها.

ثم ابدئي – وعلى الفور – بتصحيح الثغرات التي تخصكِ وتخص شخصيتكِ.

ورتبي الأسباب على أساس أن تبدئي بما هو في يدكِ، وما هو ممكن، وما هو أيسر لكِ.

وتذكري هذه القاعدة القرآنية التي تقرر أن (التأثير يأتي بعد التغيير)؛ أي أن إصلاح زوجكِ يكون محصلة لإصلاحك لنفسك: ﴿إِنَّ ٱللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا۟ مَا بِأَنفُسِهِمْ﴾ (الرعد: ١١).

ثانيًا: أتقني... فن الترجمة:

وهو تركيز على مهمتك الذكية للمطلوب منكِ في الخطوة الأولى.

فاستعملي ذكاءكِ الأنثوي، وترجمي رسائل التمرد التي يرسلها زوجكِ الحبيب عبر هذه السلوكيات.

فقد تكون رد فعل غاضب لسلوكياتكِ؛ فصححي ما بدر منكِ.

ثالثًا: ارتقي... يرتقِ:

وهو أن تجاهدي نفسك على أن ترتفعي بسلوكياتك، وأن تترفعي عن السفاسف؛ وذلك لأن سلوكيات الزوج قد تفتح بابًا شيطانيًا يدفعك إلى أن تجاري زوجك في

النزول إلى سلوكياته التي تنفرين منها؛ فتقلديه عملاً بمبدأ البادي أظلم، أو بدافع الانتقام لكرامتك المجروحة!

وهذا انزلاق لا ندرك نهايته، ومدخل لإبليس، إذا فتح فلن يغلق.

واعلمي أن الأخلاق تنتقل عدواها بالمحاكاة؛ فإذا ترفعتِ سيترفع، وإذا ارتقيتِ فسيرتقي.

فلا تنزلي إلى مستوى سلوكياته معكِ، بل ارفعيه إلى مستواكِ الخلوق الطيب.

فكما ذكرناكِ؛ إن الذي عنده رصيد أخلاقي وفير؛ يختلف عن الفقير في أرصدته؛ (فهو إنما يتقدم بالحسنة، فهو في المقام الرفيع؛ وغيره يتقدم بالسيئة، فهو في المكان الدون ﴿وَلَا تَسْتَوِي ٱلْحَسَنَةُ وَلَا ٱلسَّيِّئَةُ﴾ (فصلت: ٣٤).

وليس له أن يرد بالسيئة، فإن الحسنة لا يستوي أثرها - كما لا تستوي قيمتها - مع السيئة.

والصبر والتسامح، والاستعلاء على رغبة النفس في مقابلة الشر بالشر؛ يرد النفوس الجامحة إلى الهدوء والثقة، فتنقلب من الخصومة إلى الولاء، ومن الجماح

إلـى اللين ﴿ٱدْفَعْ بِٱلَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا ٱلَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُۥ عَدَٰوَةٌ كَأَنَّهُۥ وَلِيٌّ حَمِيمٌ﴾ (فصلت: ٣٤).

وتصدق هذه القاعدة في الغالبية الغالبة من الحالات، فينقلب الهياج إلى وداعة، والغضب إلى سكينة، والتبجح إلى حياء؛ إلى كلمة طيبة، ونبرة هادئة، وبسمة حانية؛ في وجه هائج غاضب متبجح مفلوت الزمام)[١].

رابعاً: الدورات الأسرية... ابتكار الزوجة الذكية:

وهي الطرق العملية التي نقترحها لعلاج الهموم الزوجية.

والهدف منها هو تحقيق الهناء النفسي والسعادة الأسرية.

وفيها تقومين بتذكير نفسكِ وزوجكِ الكريم، وأبنائكما الأحباب بالالتزام ببعض الأخلاقيات الرفيعة، والتمسك بالسلوكيات الطيبة، التي تهدف إلى حفظ اللسان عن كشف الأسرار المنزلية والأخبار العائلية أمام الآخرين بشرطين أساسيين:

---

(١) في ظلال القرآن: سيد قطب، فصلت: ٣٤ .

١- أن تتحلي بالحكمة والذكاء؛ فلا تُشعري أي فرد أنه المقصود، خاصة إذا كان هو زوجكِ العزيز.

٢- أن تناقشيه في أمر هذه الدورات بلطف؛ فتهيئي لقاءً خاصًا ودودًا، بحيث لا يشغله فيها شيء عنكِ، فلا يقطع هذه الجلسة الرقيقة أي شاغل، وركزي عينيكِ في عينيه؛ وتحدثي إليه بذكاء:

(لقد لاحظت في أحاديث أبنائنا الأحباب، مع أصحابهم في الهاتف بعض التجرؤ على الحديث عن بعض أخبارنا الأسرية الخاصة.

وأخشى أن يتمادوا خارج البيت، فيفتحوا هذه الأحاديث، التي غالبًا تأتي بحسن نية.

فأنا خائفة من أن يشبوا على هذه العادة الغريبة المنبوذة؛ فيفضحوا بيوتهم مستقبلاً، بل وقد تأخذهم جرأة الأحاديث؛ فيكشفون ما خفي وما دق من أسرار بيوتهم؛ ويخوضون مع الخائضين.

فما رأيك أن نذكرهم ببعض القيم الأخلاقية التي تربينا عليها، خاصة ونحن من بيئات محافظة ومتدينة،

ويعرفنا الجميع بالتزامنا وأخلاقياتنا المميزة والمحمودة.

ولتكن على هيئة دورات تربوية؛ ترسل إليهم الرسائل البسيطة غير المباشرة في التربية، ولننفذها معهم ليقتدوا بنا؛ وذلك دون أي تسلط منا، أو ضغط مباشر عليهم.

وما رأيك لو أخذنا رأيهم؛ حتى نتفق عليها جميعًا؛ فتستمر مثلاً أسبوعًا، أو شهرًا على حسب نتائج ترسيخها وثمارها عندهم، مع الاهتمام بالتركيز على خُلُق الأسبوع أو الشهر، ووضعه في كل مكان بالمنزل؛ على هيئة ملصق جميل.

ولنرتب حفلة سمر في نهاية كل منها؛ فنكافئ أفضل الملتزمين ببرنامج الدورة).

فإذا سُرَّ لحديثك، أشعريه بوضعه وقدسيته واحترامه وسلطته؛ واجعليه يمسك هو زمام الدفة؛ واقترحي عليه أن يعلن عن عقد جلسة أسرية يشارككما فيها كل الأبناء لأخذ الرأي ولسماع اقتراحاتهم؛ في كيفية تنفيذ هذه الدورات الذكية التربوية وتفعيلها وإنجاحها.

ولتكن على مثال هذه الدورات المباركة:

الخُلُق الأول: فِر من سقر... ولا تخض:

وتربي هذه الدورة خُلُق - أو مهارة - حفظ اللسان، ومعرفة خطورته.

فلساننا قد يجعلنا من تلك الفئة المذمومة التي دخلت سقر لأسباب مقيتة وسلوكيات كريهة - كما جاء في اعترافاتهم - منها أنهم كانوا يخوضون مع الخائضين؛ فيتحدثون، ويقعون في الباطل، فكان استحقاقهم للارتهان والقيد في يوم الجزاء والحساب، الذي يعقب عليه بكلمة الفصل في أمرهم الذي لا تنفعهم فيه شفاعة شافع: ﴿كُلُّ نَفْسٍ بِمَا كَسَبَتْ رَهِينَةٌ ﴿٣٨﴾ إِلَّا أَصْحَابَ الْيَمِينِ ﴿٣٩﴾ فِي جَنَّاتٍ يَتَسَاءَلُونَ ﴿٤٠﴾ عَنِ الْمُجْرِمِينَ ﴿٤١﴾ مَا سَلَكَكُمْ فِي سَقَرَ ﴿٤٢﴾ قَالُوا لَمْ نَكُ مِنَ الْمُصَلِّينَ ﴿٤٣﴾ وَلَمْ نَكُ نُطْعِمُ الْمِسْكِينَ ﴿٤٤﴾ وَكُنَّا نَخُوضُ مَعَ الْخَائِضِينَ ﴿٤٥﴾ وَكُنَّا نُكَذِّبُ بِيَوْمِ الدِّينِ ﴿٤٦﴾ حَتَّى أَتَانَا الْيَقِينُ ﴿٤٧﴾ فَمَا تَنْفَعُهُمْ شَفَاعَةُ الشَّافِعِينَ﴾ (المدثر ٣٨- ٤٨)

الخُلُق الثاني: تذكر يوم الحصاد:

والهدف هو استشعار أننا وبلساننا نزرع ما سنحصده يوم القيامة.

ولنحاول تدبر حديث معاذ بن جبل (رضي الله عنه): عندما نصحه (صلى الله عليه وسلم):

«ألا أخبرك برأس الأمر كله وعموده وذروته وسنامه؟

قلت: بلى يا نبي الله.

فأخذ بلسانه وقال: كف عليك هذا.

فقلت: يا نبي الله، وإنا لمؤاخذون مما نتكلم به؟!

فقال: ثكلتك أمك يا معاذ، وهل يكب الناس في النار على وجوههم، أو قال: على مناخرهم إلا حصائد ألسنتهم؟!»[(١)].

الخُلُق الثالث: ارفع نفسك... أو اخفضها:

وهي دورة تعلمنا مهارة انتقاء كلماتنا، واختيار ألفاظنا؛ فهي إما أن ترفعنا، أو تهوي بنا.

«إن العبد ليتكلم بالكلمة من رضوان الله، لا يلقي لها بالاً؛ يرفعه الله بها درجات، وإن العبد ليتكلم بالكلمة من سخط الله تعالى لا يلقي لها بالاً؛ يهوي بها في جهنم»[(٢)].

(١) سنن الترمذي، جزء ٥، ص ١١، برقم ٢٦١٦، قال أبو عيسى: هذا حديث حسن صحيح. قال الشيخ الألباني: صحيح.

(٢) صحيح البخاري، جزء ٥، ص ٢٣٧٧، برقم ٦١١٢ .

الخُلُق الرابع: كلماتك... مقياس إيمانك:

والهدف أن ندرك أن من معالم إيماننا بالله واليوم الآخر ومعاييره ومقاييسه، هي إتقانك فن القول الطيب، أو الصمت إن عجزنا.

«من كان يؤمن بالله واليوم الآخر، فلا يؤذ جاره، ومن كان يؤمن بالله واليوم الآخر، فليكرم ضيفه، ومن كان يؤمن بالله واليوم الآخر، فليقل خيرًا أو ليصمت»(١).

الخُلُق الخامس: احذر... هذا الموقف:

أي لا تضيع الفرصة.

فإما أن تتعلم كيف تستر نفسك، بحفظ لسانك، أو هي الفضيحة المزلزلة.

عن صفوان بن محرز المازني قال: بينما أنا أمشي مع ابن عمر (رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا)؛ آخذ بيده؛ إذ عرض رجل فقال: كيف سمعت رسول الله (ﷺ) في النجوى؟

فقال: سمعت رسول الله (ﷺ) يقول: «إن الله يدني المؤمن؛ فيضع عليه كنفه، ويستره فيقول: أتعرف ذنب كذا؟ أتعرف ذنب كذا؟

(١) صحيح البخاري، جزء ٥، ص ٢٢٤٠، برقم ٣١٥٣، وأخرجه مسلم في الإيمان، باب الحث على إكرام الجار والضيف، رقم ٤٧ .

فيقول: نعم أي رب.

حتى إذا قرره بذنوبه، ورأى في نفسه أنه هلك؛ قال: سترتها عليك في الدنيا، وأنا أغفرها لك اليوم فيعطى كتاب حسناته، وأما الكافر والمنافق فيقول الأشهاد: ﴿هَٰٓؤُلَآءِ ٱلَّذِينَ كَذَبُواْ عَلَىٰ رَبِّهِمْۚ أَلَا لَعۡنَةُ ٱللَّهِ عَلَى ٱلظَّٰلِمِينَ﴾ (هود: ١٨)[١].

فليجلس كل فرد ولو للحظات؛ فيتوهم نفسه في هذا الموقف الشديد؛ فيتخيل ما يقع بين الله تعالى وبينه يوم القيامة من إطلاعه على معاصيه سرًا، فضلا منه سبحانه.

وكيف يقترب من الحق سبحانه، وكيف يضع عليه كنفه؛ أي يستره ويحفظه، بعد أن ظن أنه قد افتضح وهلك؛ باستحقاقه العذاب على ذنوبه!

ثم يتخيل الأشهاد - أي جمع شاهد وشهيد وهم الرسل والملائكة والمؤمنون من الإنس والجن - وهم يعلنون الفضيحة، ويبشرون الهالك باللعنة.

---

(١) صحيح البخاري، جزء ٢، ص ٨٦٢، برقم ٢٣٠٩، وأخرجه مسلم في التوبة قبول توبة القاتل وإن كثر قتله، رقم ٢٧٦٨ .

فإذا نجحتم في هذه الدورات الطيبة؛ فاستعيني بالوقود الدائم اللازم في كل خطواتكِ السابقة، وهي:

الخطوة الخامسة: استمطري... العون الإلهي:

فثقي دومًا بأهم أسلحتك في الحفاظ على زوجكِ ومملكتكِ الصغيرة؛ فتلتزمي دومًا بطلب عونه سبحانه.

فرددي دومًا: ﴿رَبِّ ٱجۡعَلۡنِي مُقِيمَ ٱلصَّلَوٰةِ وَمِن ذُرِّيَّتِيۚ رَبَّنَا وَتَقَبَّلۡ دُعَآءِ ۝ رَبَّنَا ٱغۡفِرۡ لِي وَلِوَٰلِدَيَّ وَلِلۡمُؤۡمِنِينَ يَوۡمَ يَقُومُ ٱلۡحِسَابُ﴾ (إبراهيم: ٤٠، ٤١).

وحتى نلتقي على خير وطاعة...

سأدعوه سبحانه أن يحفظكم ويحفظ أسراركم، ويقيكم شر أنفسكم.

(وسبحانك اللهم وبحمدك، أشهد أن لا إله إلا أنت؛ أستغفرك وأتوب إليك)

❀❀❀



١- **الاســـــــم**: د. حمــدي عبـد الحفيـظ رحيم شعيب. (د. حمدي شعيب)

٢- **الجنسيـــــــة**: مصري.

٣- **تـاريخ الميلاد ومحله**: من مواليد: المحمودية - البحيرة - مصر - في (٢/٥/١٩٥٤م).

٤- **المؤهـــــــل**:

(١) بكالوريوس الطب والجراحة - جامعة الإسكندرية - مصر، عام ١٩٨٠م.

(٢) دبلوم طب المنـاطق الحـارة وصحتهـا - جـامعـة الإسكندرية - مصر، عام ١٩٨٨م.

(٣) دبلـوم طب الأطفـال (DCH-RCP&SI) الـكليـة الملكيـة للأطباء والجراحين - أيرلندا - ٢٠٠٠م.

(٤) دبلوم طب الأطفال - جامعة الزقازيق - كلية طب بنها، عام ٢٠٠٤م.

٥- **المهنـــــة:** استشـاري الأطفـال وحـديثي الـولادة وحميـات الأطفـال بمسـتشفى حميـات دمنهور.

٦- **العمل الخاص:** مدير (مركز ولدي الطبي للأطفال) بدمنهور.

٧- الأنشطة الطبية:

(١) زميل الجمعية الكندية لطب الأطفال (CPS) .

(٢) عضو الجمعية المصرية لطب الأطفال.

(٣) عضو جمعية الإسكندرية للحساسية.

(٤) عضو الجمعية الدولية للأمراض المعدية (ISID) .

(٥) عضو الجمعية العلمية لعلوم المناعة والحساسية.

(٦) استشـاري أطفـال: علـى شـبكـة (الحصـن النفسـي للعلوم الإنسانية).

(٧) استشـاري أطفـال: علـى شبكـة (إسلام أون لاين) في قسم (استشارات صحية).

٨- الأنشطة الأدبية والفكرية:

(١) عضو رابطة الأدب الإسلامي العالمية.

(٢) صاحب مدونة (تغريدات خارج السرب).

(٣) صدرت له عدة كتب:

الأول: قطوف تربوية حول القصص القرآني، جزء أول، ١٩٩٨م – لبنان، تقدمة: د. فتحي يكن.

الثاني: قطوف تربوية حول القصص القرآني، الجزء الثاني، ٢٠٠٢م، دار البشير – طنطا.

الثالث: فقه الظواهر الدعوية في ضوء السنن الإلهية، الجزء الأول، ٢٠٠٢م، دار البشير.

الرابع: فقه الخروج إلى الناس، ٢٠٠٣م، دار البشير – طنطا.

الخامس: قطوف تربوية حول رحلة الحج.. رؤية حضارية، سلسلة رسائل الدعاة (١)، ٢٠٠٥م، مركز الإعلام العربي – القاهرة.

السادس: الأسرة المسلمة في رمضان.. كيف نحيا مع أولادنا في رمضان؟، ٢٠٠٥م، دار الدعوة – الإسكندرية.

السابع: فقه الظواهر الدعوية في ضوء السنن الإلهية، طبعة جديدة مغلفة ومنقحة ومزيدة، ٢٠٠٧م، مركز الإعلام العربي، القاهرة.

٩- الأنشطة الإعلامية والصحافية:

(١) عضو مركز (سواسية) لحقوق الإنسان ومناهضة التمييز.

(٢) مقالات وبحوث ودراسات تربوية ودعوية في مجلة (الرسالة).

(٣) مقالات وبحوث ودراسات تربوية ودعوية وصحية وقصص قصيرة في مجلة (المجتمع) الكويتية.

(٤) مقالات وبحوث ودراسات تربوية وقصص قصيرة في مجلة (البيان).

(٥) مقالات وبحوث ودراسات تربوية ودعوية في مجلة (الزهور).

(٦) دراسات في جريدة (السبيل) الأردنية.

(٧) مقالات أدبية وقصص قصيرة في مجلة (الأدب الإسلامي).

(٨) كاتب على موقعي (الأحرار) و(الرواق).

١٠- الأنشطة التربوية والإدارية:

(١) استشاري تربوي: على شبكة (إسلام أون لاين) في قسم (معًا نربي أبناءنا).

(٢) الإشراف على (وحدة التثقيف الطبي والتربوي)، و(وحدة التنمية البشرية) بمركز ولدي الطبي للأطفال، والتي تنظم هذه الأنشطة:

أ- تنظيم دورات للأهالي والجمهور، وكل من له علاقة بالأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة.

ب- تنظيم دورات للأهالي والجمهور، وكل من له علاقة بالأطفال والمراهقين.

ج- تنظيم دورات للأهالي والجمهور في فن التعامل مع الأطفال.

د- تنظيم دورات للأهالي والجمهور في فن التعامل مع المراهقين.

هـ- تنظيم دورات للأطفال في فنون التربية والتعامل معهم ومع مشاكلهم.

و- تنظيم دورات للشباب والمراهقين في فنون التربية والتعامل معهم ومع مشاكلهم.

ز- تنظيم دورات إدارية للمهتمين بمجال التنمية الإدارية.

ح- تنظيم دورات للمهتمين بمجال التنمية البشرية.

ط- تنظيم دورات للمهتمين بمجال العلاقات الإنسانية.

ي- تنظيم دورات للمهتمين بمجال العلاقات الأسرية.

ك- تنظيم دورات طبية ومؤتمرات علمية متخصصة.

١١- المراسلة:

مصر - البحيرة - دمنهور - مركز ولدي الطبي للأطفال - ص ب. (٢٤١).

١٢- الهواتف:

(١) المنزل: (٣٣٤٣٤٩٣- ٠٤٥)

(٢) المركز: (٣٣٣٥٨٥٤- ٠٤٥)

(٣) المحمول: (٠١٠٥٠٣٨٥٠٩)

١٣- البريد الإلكتروني:

(1) E.Mail: hamdy_shoaib@hotmail.com

(2) E.Mail: hamdyshoaib@hotmail.com

❀ ❀ ❀

المحتويات





- صور من الحياة تنبض بالصدق، وتحكي مكنون صدور زوجات رفضن أن يعانين في صمت، وقررن الجهر بهذه المعاناة وتلمُس الحلول التي تنهي معاناتهن أو على الأقل تخففها.
- وأشكال من هموم النساء، صنعتها مواقف وسلوكيات أزواج هم جناة وضحايا في الوقت نفسه.
- ومآخذ على رجال يجهل كثير منهم أنهم سر معاناة وآلام من استرعاهم الله إياهن فاستحللوا فروجهن بكلمة الله سبحانه، واستحللوا أيضًا تعذيبهن بتصرفات ربما تكون عفوية، وقد تكون متعمدة، وفي الحالين الألم واحد، والوجع مشترك.
- ورسائل غير مباشرة إلى الأزواج تلفت أنظارهم إلى تلك التصرفات، وتحذرهم منها، إذ إنها تحفر أخاديد عميقة من الجروح والذكريات الأليمة في نفوس الزوجات، ربما لا تلتئم مع الزمن، بل تشكل جدارًا من الخوف يعوق التواصل والفهم بين الزوجين
- إنها عشرة هموم زوجية، أو عشرة أدلة عم ... مع المشكلات الزوجية، والنظر الحكيم إليها لتص ... ي الحياة وتغنيها.





يطلب من مركز الإعلام الع...

٢٠٠ ش الهرم - الجيزة - مصر ص.ب: ٩٢ الهر...

ت: ٣٧٨١١١٩٣ - ٣٧٨١١١٩٤ - ف: ٣٧٨١١١٩٥ - التوزيع: ...٤٤٥٤٥٥

البريد الالكتروني: mediacenter55@hotmail.com

الموقع على شبكة الانترنت: www.ame-eg.com